



This is a digital copy of a book that was preserved for generations on library shelves before it was carefully scanned by Google as part of a project to make the world's books discoverable online.

It has survived long enough for the copyright to expire and the book to enter the public domain. A public domain book is one that was never subject to copyright or whose legal copyright term has expired. Whether a book is in the public domain may vary country to country. Public domain books are our gateways to the past, representing a wealth of history, culture and knowledge that's often difficult to discover.

Marks, notations and other marginalia present in the original volume will appear in this file - a reminder of this book's long journey from the publisher to a library and finally to you.

### Usage guidelines

Google is proud to partner with libraries to digitize public domain materials and make them widely accessible. Public domain books belong to the public and we are merely their custodians. Nevertheless, this work is expensive, so in order to keep providing this resource, we have taken steps to prevent abuse by commercial parties, including placing technical restrictions on automated querying.

We also ask that you:

- + *Make non-commercial use of the files* We designed Google Book Search for use by individuals, and we request that you use these files for personal, non-commercial purposes.
- + *Refrain from automated querying* Do not send automated queries of any sort to Google's system: If you are conducting research on machine translation, optical character recognition or other areas where access to a large amount of text is helpful, please contact us. We encourage the use of public domain materials for these purposes and may be able to help.
- + *Maintain attribution* The Google "watermark" you see on each file is essential for informing people about this project and helping them find additional materials through Google Book Search. Please do not remove it.
- + *Keep it legal* Whatever your use, remember that you are responsible for ensuring that what you are doing is legal. Do not assume that just because we believe a book is in the public domain for users in the United States, that the work is also in the public domain for users in other countries. Whether a book is still in copyright varies from country to country, and we can't offer guidance on whether any specific use of any specific book is allowed. Please do not assume that a book's appearance in Google Book Search means it can be used in any manner anywhere in the world. Copyright infringement liability can be quite severe.

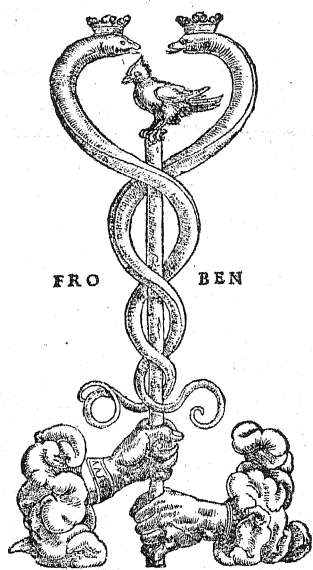
### About Google Book Search

Google's mission is to organize the world's information and to make it universally accessible and useful. Google Book Search helps readers discover the world's books while helping authors and publishers reach new audiences. You can search through the full text of this book on the web at <http://books.google.com/>

A. G.  
R  
G 14

GALENI OPERVM  
TOMVS SECVNDVS  
SCRIPTORVM EIVS OMNIVM  
CLASSEM SECVNDAM CONTINENS,  
quæ totius artis partem minimè postre-  
mam complectitur.

LIBRORVM CATALOGVM VERSA  
PAGINA DOCEBIT.



BASILEAE. M D XLII

*Relatib veria del collegio della comp<sup>a</sup> de S<sup>a</sup> de Alcala  
Anno 1705*



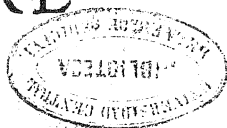
IN HAC SECUNDA CLASSE HAEC  
CONTINENTVR.

Hippocratis de aere, aquis, & locis libellus, Iano Cornario interprete.	Fol. 2
Galenī de alimentorum facultatibus libri tres, Martino Gregorio interprete.	Col. 1
De cibis boni & mali succi liber, Ferdinando Balamio Siculo interprete.	101
In librum de salubri diæta commentarius, Hermannō Cruferio Campensi interprete.	123
De attenuante diæta liber, Martino Gregorio interprete.	137
De ptisana liber, Ioanne Polito interprete.	149
De parua pilæ exercitio liber, Valerio Centannio Vicentino interprete.	155
De cognoscendis curandisq; animi morbis, quas perturbationes Latini appellant, liber, Bernardino Donato Veronensi interprete.	159
De cuiusque animi peccatorum notitia atq; medela libellus à Iunio Paulo Craffo Patauino conuersus.	181
De assuetudinibus liber, Nicolao Regio Calabro interprete. Græcus desideratur.	197
De sanitate tuenda libri sex, Thoma Linacro Anglo interprete, recogniti.	205
Ars tuenda sanitatis num ad medicinalem artem spectet, an ad exercitatoriam, liber, Iunio Paulo Craffo Patauino interprete, ex secunda recognitione.	359

# HIPPOCRATIS DE AERE AQVIS ET LOCIS LIBELLVS

IANO CORNARIO INTERPRETE.

GALENI COMMENTARIA DESIDERANTVR.



Q Vicinque artem medicā integre adsequi uelit, primū quidem temporū anni rationem habere debet, quantū potentia quodlibet eorū ualeat: nō enim simile quicquid in illis existit: uerū differunt inuicē propter uarias quæ in eis fiunt mutationes. Deinde uentorū calidorumque & frigidorū, maxime qui ex his omnibus hōibus sunt cōmunes, & mox qui in unaquaque regione sunt indigenæ & proprii. Necque uero negligentiorē se circa aquarū facultates cognoscēdas exhibere cōuenit. Quæadmodū enim gustu differunt, & pondere ac statione, sic quoque uirtute aliæ alijs longe præstant. Quare si quis ad urbem sibi incognitam perueniat, circumspicere oportet eius situm, quo modo scilicet ad uentos, & solis exortum iaceat: non enim æquales uires sunt, ad Septentrionē sitæ, & uergentis ad Austrū, necque eius quæ solem exorientē, & quæ eundem occidentē spectat. Hęc itaque diligenter oportet perscrutari, ac simul quo modo habeant circa eam aquæ: nūmne palustribus utantur et mollibus, aut duris & ex sublimi loco prolabētibus & scaturientibus ex petris, siue salis, marinis & crudis. Terra etiā consideranda, nudāne sit & aquis carens, aut densa & aquosa, & an cōcaua sit & estuosa, uel alta & frigida. Hominū insuper diætā perquirenda, qua maxime capiantur: an bibuli sint & lurcones & ocio dediti, aut exercitijs uarijs utentes, & tolerantes laborum, ciborumque plus adpetentes quam poculorum. Ex his enim singula sunt inuestiganda. Nam qui hæc omnia probe, quantum fieri potest, cognouerit, aut horum plurima, cum non late re possunt cum in urbem etiam ignotā sibi peruenerit, necque morbi regioni peculiare & patrij, necque cōmunis regionis natura, quæcunque tandem ea fuerit, ut non possit in cognoscendis morbis dubius hærrere, aut errare sibi ad morborū medicationē adhibeatur. Quæ ambo illis euenire solent, qui nō prius prouidi hæc diligenter cognouerūt. Quare qui ea studiose rimatus fuerit, uniuscuiusque temporis, ac anni futuri cōstitutionem prædicere poterit, qui uidelicet morbi cōmuni adfectione ciuitatem sint inuasuri tum æstate, tum hyeme, & quæcunque pericula unicuique sint timenda ex diætā ac uictus immutatione: cum enim temporū mutationes, & astrorū ortus ac occasus obserauerit, quemadmodum singula horum eueniant, prænoscat utique & de anno, qualis sit futurus. hoc namque modo si quis rimatus fuerit ac præcognouerit temporum occasiones, maxime de singulis sciet, ut plurimumque sanitatem adsequatur, & recta uia procedet, non minima artis suæ gloria. Quod si uero hæc sublimiora uideatur, & ab hac sententiā dissideat, is nouerit non minimā partem conferre ad rem medicā ipsam. Astronomiam, sed omnino plurimā, cum unā cum temporibus & uentriculi in hominibus mutetur. Quomodo aut singula quæ diximus scrutari ac explorare oporteat, deinceps dicā manifeste. Quæcunque quidē ciuitas ad uentos sita est calidos, puto autē eos qui inter brumalem solis exortū itidemque occasum perflant, huic hi uenti sunt peculiare. A septentrionalibus autem uentis tuta ac protecta ea ciuitas existit. Aquæ uero eius multæ & subsalsæ sunt, & necessario non sublimes, æstate quidem calidæ, hyeme frigidæ. † Et intestinorum leuitates & aqua intercus ferē reliquis morbis desinentibus superueniunt, cum non queant facile uentriculi à concepta humiditate exicari. Si autem æstas pluuiosa sit & austro multum perflatur, similisque sequatur autumnus, necesse est hyemē morbidam esse, & ipsi qui pituita abundat, & qui quadragesimū annū excefferunt, febres ardentes fieri uerisimile est: qui uero bile abundant, costarum abscessus & pulmonis. Si uero æstas sicca existat, & austro perflatur, sequens uero autumnus pluuiosus, uentis septentrionalibus uigentibus capitis dolores ad hyemem expectare cōuenit, & cerebri cōcussiones, ampliusque raucedines, grauedines, & tussis, aliquibus etiam tabes. Quod si Borealis sit æstas ac sicca, necque sub caniculā, necque sub Arcturi occasum pluuiosa, cōfert pituitosis natura, & maxime qui natura sunt humida, & mulieribus. Biliosis autem infestissimum hoc tempus existit. Valde enim exiccantur, acciduntque eis lippitudines aride, & febres acutæ, ac diuturnæ, & bilis atra. siquidem quod liquidissimum & aquosissimum in bile est consumitur, densissimum uero & acerrimum relinquatur: quod idem accidit secundum eandem rationem & circa sanguinem, unde repentinī hi morbi his accidunt: pituitosis autē hæc omnia cōmoda sunt. Exiccantur

*Hic quedam  
desunt.*

HIPPOCRATIS DE AERE

connecture

conneſtunt, ac aptis instrumentis colligant, quo rotunditas capitis prohibeatur, ac longitudo augeatur. Ea conſuetudo tantum effecit ut eiufmodi natura capitum exiſteret. Temporis uero progreſſu natura quoq; tales produxit, ut non eſſet neceſſe cōſuetudine priore cogere. Cum enī ſemen genitale ab omnibus corporis membris procedat, à ſanis quidem ſanum, à morbidis morboſum, fiatq; ut ex caluis calui gignantur, ex caſiis caſij, & ut plurimū diſtortus diſtortum generet, eademq; ratio ſit circa reliquas formas, quid prohiberet ut non ex Macrocephaliſ Macrocephali gigneretur? Nunc autē non naſcuntur ita magnis capitibus quemadmodum prius, cum conſuetudo non ampliùs duret, per incuriam hominū intercepta. Et de hiſ quidem hæc ſufficiant. De illis autē qui Phaſim accolunt adijciam. Regio eorum paluſtris eſt, calida, aquoſa & denſa: imbresq; in eam decidunt omnibus temporibus & magni & impetuoſi. Homines uero ipſi uitam agunt in paludibus: domosq; pligneas & ex arundinibus in ipſis aquis habent extructas: neq; multum inde prodeunt, ut adeant uel emporia uel urbes. Verum nauiculis ex uno ligno fabrefactis permeant ſurſum ac deorſum: habent enim foſſas ac ductus aquarum plurimos. Bibunt autē aquas calidas & ſtagnantes, quæ & à ſole ſunt putrefactæ, & ab imbrum caſu auctæ. Ipſeq; fluuius Phaſis omnium fluuiorum ſtagnantiſſimus eſt, & qui leniſſimo curſu profluat. Fructus autē qui illic naſcuntur omnes inſalubres ſunt, euirati imperfectiq; præ multitudi- ne aquarum, neq; unquam matureſcunt. Atq; cum multus aer cum aquis regionem occupet, ob hanc ipſam cauſam, q; ad formam adtinet, Phaſiani ſunt à reliquis hominibus longe diuerſi. Sunt enī magnitudine ingenti, ac corpulentia ualde excellenti, neq; iuncturæ eorum ullæ, neq; uenæ cōparent, pallidumq; præ ſe ferunt ſemper colorem, quemadmodū qui regio ſunt obnoxij morbo: loquuntur autē ut ſi qui alij omnium hominum grauiffime, nimirum acre utentes non ſereno, ſed obſcuro, & maxime humectato: ſunt inſuper ad laborem à natura ipſa ſegniōres. Anniq; tempora non uarias habent, neq; ad æſtum, neq; ad frigus permutationes. Ventī autē eis ſunt plurimi Auſtrini omnes, præter unum eius regionis proprium & indigenā, qui aliquando uiolentior ac moleſtior calidus exiſtens ſpirat, quem Cenchrona patrio uocabulo adpellant. Verum Boreas non ualde ad eos pertransit, q; ſi aliquando ſpiret, debilis tamen exiſtit ac ualde lenis. De natura ergo ac diuerſitate & forma corū qui Aſiam & Europam incolunt, ita habet. Quod autē timidiōres, effœminatiōres, ac imbelles præ Europæis Aſiani exiſtant, moribusq; manſuetiōres, tēpora ipſa anni in cauſa ſunt, quæ non magnas permutationes faciunt, neq; caloris, neq; frigoris, ſed ſemper æqualia permanēt, unde neq; mentes ſtupore percelluntur, neq; corpora fortē tranſmutationem incurrunt. A quibus uerifiſimile eſt iram exaſperari, cognitionemq; & calorē ampliùs excitari, q; ſi ſemper in eodem ſtatu quis perſiſtat. Mutationes enī ſunt quæ hominis mentem ſemper excitant, neq; ſinunt quieſcere. Propter quas ſanè cauſas imbelles uniuerſum Aſianorum genus exiſtit, atq; adhuc ampliùs propter leges. Multo maxima enī Aſia pars ſub Regibus eſt. Vbi autē non in ſua poteſtate uiuūt homines, neq; ſui iuris ſunt, ſed dominis ſubiecti, Ibi non multum curioſi ſunt quomodo ſe ad bellum adparēt, immo magis hoc curant, ut ne bellicoſi uideantur. Pericula enim eis non æqualia inſtant. Nam hi in militiam proficiſci, laboresq; perferre, ac mortem oppetere pro dominis ſuis coguntur, relictis interim domi liberis, uxoribus, ac reliquis amicis: atq; ſiquidem uiuili- ter & feliciter bellum geſſerint, dominis inde commoda accedunt, eorumq; facultates inde augentur. Verum ipſis præter pericula & cædes, nihil demetitur. Proinde neq; horum hominum regionem frequenter habitatam eſſe neceſſe eſt. Immo eam propter inertiam bellicam ac ocium à pleriq; relinquunt. Ut enim quiſq; maxime à natura uiril- is & magnanimus eſt, ita plurimum eius animus leges auerſatur: cuius rei magnum indicium uel inde habere licet, quod quicunq; in Aſia Græci itemq; Barbari dominis non ſubſunt, ſed iure ſuo degunt, ſibi ipſisq; omnes labores lucrificiunt, illi bellicoſiſſimi omnium exiſtunt. Periclitantur enim ipſi ſibi, uirilitatisq; præmia ipſi reportant, ſicut timiditatis ac ignauiæ pœnam luunt pariter. Inuenias autē & Aſianos ipſos inter ſe plurimum differentes, generoſiores alios, alios degeneres, quorum omnium cauſa ad temporum mutationes eſt referēda, quemadmodū & in præcedentibus dixi. Atq; ſic quidē habet in Aſia. In Europa uero genus hominū eſt Scythicum, circa paludē habitans Mæotim, quod à reliquis gētibus maxime differt, Sauromatę appellātur. Horū ſcœminæ equites ſunt, arcubus utūtur, ac ſagittas iaculātur ex equis, cum hoſtibus cōgredientes, dum uirgines exiſtūt, neq; deuirginantur prius, q; hoſtiū tres cōſecerint, neq; prius maritis cobabitant, q; ſacra deo patrio more fecerint. Quod ſi qua

HIPPOCRATIS DE AERE

sibi uirum acceperit, ab equitatu libera est, nisi necessitas cogat cōmuni expeditione omnes exarmari. Dexteram autē mammam non habēt. Nam puellis adhuc infantibus matres areo instrumento in hunc usum parato, igneque candefacto eam auferunt, ac exurunt, ne iterū succrescere contingat, atque ut omnis uis ac robur in dextrū humerū & brachium deferatur. Ceterū reliqui Scythę, quod ad formā adtinet, ipsi sibi similes sunt, alijs dissimiles. Sicut quoque Aegyptij ipsi inter se, præterquā quod hi à uehementi calore, illi ab intēso frigore sunt compresī. Verum solitudo quæ Scythica dicitur, in planicie sita est, pratis abundās, sublimis & mediocriter aquosa. Sūt enim fluij in ea magni, in quos aqua ex campis per riuos deducitur. In hac itaque Scythæ degunt, qui Nomades uocātur, propterea quod nullas habeant domos, sed in curribus habitant. Sunt autē currus ex quibus minimū quatuor rotis, reliqui sex circumaguntur. Sunt etiā luto obturati ac instar domorū fabrefacti, aliqui simplici, aliqui etiā triplici tabulato. Vnde robur illis inest aduersus omnes iniurias aquarū, niuis ac uentorum propellendas. Trahunt currus aliquos quidē boum paria duo, aliquos tria. atque hi cornibus carent, cum præ frigore regionis cornua eis non enascātur. In his itaque curribus degunt mulieres. In equis autē uehuntur uiri. Sequuntur autē simul oues, boues & equi. Tandiu deinde in uno subsistunt loco, dum sufficit ipsis pecoribus pabulum, quo deficiente in aliam regionē commigrant. Vescuntur autē ipsi carnis, bus coctis, bibuntque lac equinum, comedunt etiā hippacen, id autē est caseus equinus. Hactenus ergo de uictu & moribus diximus, temporibusque anni ac formis, quæ à reliquis hominib. longissime sunt. Scythiæ genti diuersæ. Ipsa enim sibi inter se gens similis existit, quemadmodū & gens Aegyptiorum. Minime autē fecunda ea gens est, regioque ipsa minimas feras enutrit, neque numero, neque specie insignes. Sub ipsis enim Vrsis Rhiphæis montibus sita est, unde Boreas spirat, Solque ipse superpremo æstiuo solstitio deficiens proxime accedit, ac tum quidē exiguo tempore calefacit. Neque uero uenti à calidis locis spirantes ualde ad eam regionem penetrant, nisi parumper & debiles. Verum ab Vrsis uenti procedētes sunt illic perpetui frigidi, à niuib. glacie, imbribusque condensati. Qui nunquam à montibus decedūt, ut propterea etiā inhabitabiles fiant. Aerque ipse totū ferē diē nubilus campos occupat. Ipsi uero in humidis locis degunt. Et ferē perpetua est ipsis hyems, æstas autem paucissimis diebus, atque illis non ualde multa. Sunt enim planicies eminētiores, & nudæ, neque ullis montibus circumseptæ, sed ferē sub ipsis Vrsis accliuēs. Neque ferē nascuntur illic magnæ, sed quales possibile est sub ipsa terra contegi. Prohibet enim hyems & nuditas terræ, quæ & diuerticulis & umbraculis caret, propter temporū anni mutationes, neque multas neque fortes, sed similes semper, uel parum admodum diuariantes. unde & formas corporū inter se similes habent, cum eodē utantur uictu & amictu, æstatis & hyemis tempore, attrahuntque aerem aquosum, condensatum, aquā insuper bibentes à niuib. & glacie resolutā, nullo etiā corporis exercitio accedēte, cum nō uerisimile sit corpus aut animum ullis exercitationibus apta fieri, ubi non mutationes temporū fiunt fortes. Propter quas causas formæ eorum sunt crassæ & carnosæ. Iuncturæ uero humectæ & inefficaces: uentriculique humidi omnes, maxime omnium tamen inferior aluus. Nequit enim ipsa exsiccari in eiusmodi cum regionis, tum naturæ & temporis cōstitutione. Sed pinguedine & nuditate carnis formæ inuicem sunt similes, masculorū masculis, & foeminarū foemellis. Tempora enim cum sint inter se similia, nullas corruptiones, neque malignitates inferunt in feminis genitalis misturam ac compactionē, nisi quiddam aliud fortuito uel casu cōtingat, aut à morbo. Magnū autem argumentū humiditatis corporum Scytharū hoc exhibebo. Multos enim ipsorum, præcipue qui Nomades sunt, reperias exustos humeros ac brachia habētes manuumque iuncturas, pectora, coxas, & lumbos, nullam sanē aliā ob causam, nisi ob humoris & molliciei naturæ detractiōē. Nam neque arcus intendere, neque telum torquere possunt præ impotētia humiditatis humerorū: cum autē uruntur, humor ipse à iuncturis exoluitur, fiuntque corpora ipsorum ualidiora, melius nutriuntur, & magis redduntur articulorū usū potentia. Fluida uero fiunt ac lata, primū propterea quod fascijs non colligantur, quemadmodū fieri solet in Aegypto. Deinde quod nō aduescunt ad equitationē, quod equorum infessores fiant. Postremum etiā propter desidīa perpetuam. Masculi enim eorum antequā potentes fiant equos conscendere, atque in illis uehi, plurimum temporis desident in curribus, raroque prodeunt ut inambulent, propter exilia ac perpetuas circulationes. Muliebrum autem corporum formæ ad miraculum usque fluxæ existunt. Porro Scytharum gens fului ualde coloris existit propter frigus ingens. Non enim uehemens accedit ad eos sol, à frigore uero albedo

exurit

AQVIS ET LOCIS

exuritur & fit fulua. Neque uero possibile est fecundam esse eorum naturam, cum uiri minime cupidī sint cum fœminis commisceri, ob nimiam corporis liquiditatem, uentrisq; molliem ac frigiditatem, quæ causæ adparent minime uiros ad coitum incitari. Accedit his lassitudo ex continua equitatione cōtracta, quæ eos ad cōmīstionem reddit impotētiōres, atq; hæ sunt causæ cur uiri infœcundiores putentur. Mulieres autem pinguedo carnis & humiditas steriles facit, præ quibus uteri earum genitale semen nequeunt continere. Lunares nanque purgationes eis non eueniunt quemadmodum est necesse, sed minus & intēpestiue. Ipsumq; amplius uteri os præ pinguedine cōcluditur, ut nequeat semen suscipere. Sunt em̄ ociosæ, & pingues, uentresq; earum frigidi & molles. Vnde necessario sequitur non multum fœcundam Scytharum gentem esse, cuius rei ancillæ eius gētis indicium exhibēt. Nam hæ uiris misceri plurimum gaudent, in uteroq; conceptum continent, propter corporis exercitiū in frequens, carnisq; gracilitatē. Amplius aut plurimi Scythæ eunuchi sunt, & muliebria officia ob eū, in statq; fœminarū omnia faciunt, & loquuntur, uocanturq; hi effœminati. Et regionis quidem incolæ causam ad deum referunt, coluntq; hos ipsos homines & adorant, sibi ipsi timentes nequid tale accidat. Mihi uero hi affectus diuini quidem esse uidentur, sicut & reliqui omnes, neque ullum aliquem alio esse diuiniorē aut humaniorē, sed diuinos omnes, uerum unus quisq; eorum suam propriam habet naturam, neq; aliquis citra naturam accidit. Quare quō hic affectus cōtingat, ut mihi uidere uideor, narrabo. Ab equitatione ipsa diuturni eos corripunt dolores: nimirū propendentibus semper ex equis eorum cruribus. Deinde claudi fiunt, cōtrahunturq; uertebrae cum inualuerit morbus. Medicantur aut sibi ipsi hoc modo. A principio morbi utranq; uenā retro aures incidunt, quo facto sanguine multo promanante, somnus eos corripit præ imbecillitate, sicq; obdormiscunt: quorū quidem aliqui depulso somno sani exurgunt, aliqui uero minime. Atq; mihi sanè uidentur ea medicatione se ipsos perdere. Venē enim retro aures sunt, quas si quis secet, sterilitatē inferat his quibus secantur: quare id etiam ipsi ex earum incisione accidere certū est. Quando igitur postea uxores adeunt, impotentesq; se factos uident cum illis coire, primū quidem nihil molestius cogitantes quiescunt, cum aut bis aut ter, aut amplius frustra opus tentarunt, neq; quicquā proficiunt, mox putant se deum offendisse, in quem culpā reijciunt. Induuntq; se ueste muliebri, palām se euiratos esse confitentes, ad mulierūq; contubernia transeunt, earum opera tractantes. Hoc itaq; malo ditissimi Scytharum afficiuntur, minime uero infimi. Immo qui maxime & genere & potentia præualent, ex nulla aliā quā cōtinuæ equitationis causa, hoc perpetiuntur. Pauperes uero minus, cum non multū equitent. Vnde si hæ affectio alijs diuinior censenda esset, nō nobilissimis, non ditissimis Scytharū ferè solis accideret: sed esset omnibus æqualiter peculiaris. Immo magis inuaderet pauperes circa cultum deorum negligētiōres, si saltem gaudent dii in hominū admiratione constitui, & pro hoc beneficia hominibus retribuunt. Diuites em̄ sapius dijs sacra faciunt, uictimas offerunt, coluntq; cum pecunijs abundēt: pauperes autem minus id faciunt, cū non habeant. Quinetiā aliquando deos detestantur, qui eis opes non suppediunt, ut uerisimilius esset, pauperes ac parū abundantes hoc malo propter crimina sua puniri, quā diuites & qui opibus abundant. Verum sicut & prius dixi, diuinus quidē hic affectus est, secundumq; naturam accidit similiter ut alijs omnes, neq; alia eius causa quā ea quam dixi, Scythis existit. Simili autē modo & reliquis hominibus euenit. Vbi enim frequenter & cōtinuē homines equitant: ibi plurimi à diuturnis doloribus uertebRARUM maxime & pedū corripuntur, ad coitūq; fiunt impotentes, quæ omnia mala Scytharum genti adsunt. Atque propterea Scythæ omnium hominum minime sunt ad coitum ualentes. Et quod humoris detractiones ex perustione cauteriorum semper habent, & plurimum temporis in equis desides degunt, ut neq; manu tractare pudenda liceat, atq; præ frigore & dolore, uoluptatis ac iucunditatis coeundi obliuiscantur, neq; prius aliud sibi faciendū putent, q̄ ut euirati fiant. Hactenus ergo de Scytharū gente recensui. Reliquum aut in Europa hominū genus ualde inter se dissimile est & diuersum, tum quod ad magnitudinē attinet, tum quod ad formā, atq; id propter temporum mutationes contingit apud eos magnas & frequentes. Sunt enim eis calores uehementes, & hyemes fortes, pluuiæ multæ, rursumq; siccitas diutina, & uenti plurimi, ex quibus multæ & omnimodæ fiunt trāsmutationes. Neq; à uero discrepat circa generationem has ipsas mutationes sentiri, inq; seminis genitalis coactione aliam, neq; ex eodem etiā eandem, æstatis pariter ut hyemis, pluuioso ut sicco tempore, progigni. Eaq; causa est, cur putem Europæos magis q̄ Asianos

HIPPOCRATIS DE AERE

secundum corporum formas inter se discrepare, & magnitudines diuersissimas in singulis adeo urbi-  
bus prouenire. Plures enim corruptiones contingunt in feminis coactione, cum tempora frequenter  
uant, quàm si eadem sunt & similia. Eadem aut morum ratio in utrisq; existit. Feritas, integritas,  
& audacia à natura Europæis innascitur. Frequentes enim mentis perpulsiones feritatem inducunt,  
mansuetudinem contra & benignitatem extirpant. Quare etiam magnanimos magis eos qui Euro-  
pam incolunt Asianis iudico. Siquidem similitudo & æqualitas segnitiei parit. Mutatio autem & ani-  
mum & corpus ad exercitationem excitat. Augetur itaq; à desidia & ocio timiditas. Ab exercitio uero  
& laboribus crescit uiriliter. Vnde bellicosiores quoq; Europæi extant, nō ob hanc solum causam, sed  
& propter leges. Non enim regibus obediunt quēadmodum Asiani. Vbi enim sub regibus uiuunt,  
ibi necesse est homines timidissimos esse, quemadmodum & supra ostēdi. Seruitute namq; animi eo-  
rum pressi non libenter, neq; uolentes temere pro alijs se periculis exponūt. Europæi autem suo iure  
uiuentes, cum pro seipsis pericula belli subeāt, magna cupiditate feruntur, uolentesq; ac alacres diffi-  
cultates omnes adgrediuntur, ipsiq; sibi ex re bene gesta præmia reportant, ut certum sit leges plurī-  
mum ad magnanimitatem conferre. Tota itaq; & uniuersa res de Europa & Asia sic ut retuli, habet.  
Cæterum Europa ipsa adhuc habet gentes inuicem differentes, non magnitudine & forma solum,  
sed & magnanimitate. Quæ uero in eis hanc diuersitatem faciant, in præcedentibus dixi, dicamq; am-  
plius, magis manifeste. Quicunq; regionem montanam, asperam, nudam, & aquosam incolunt, his  
mutationes temporū contingunt magnæ & diuersæ, unde & hominū formas magnas progigni con-  
uenit, qui & ad laborem & ad uiriliter agendū à natura præstent, quibusq; feritas & immanitas non  
mediocriter à natura sint congenita. Qui uero loca concaua, pratensia, & æstuosa habitant, uentosq;  
calidos plus sentiunt q̃ frigidis, & aquis utuntur calidis, hi magni quidem esse non possunt, neq; be-  
ne compositi & longi, sed in amplitudinem à natura producti carnosius sunt, & capillis nigris. Imò &  
ipsi toti nigri magis q̃ albi, & qui minus de pituita habeant q̃ de bile. Virilitas aut & tolerantia labo-  
ris non æque ipsis à natura inest, nisi consuetudo accedat, & hæc in eis efficiat. Quod si flumina extē-  
t in ea regione, quæ stagnantes & pluias aquas euehant, homines ipsi incolumes ac splendidi uiuent.  
Si uero flumina desint, aquasq; puteorū stagnantes & olentes bibant, necesse est ab illis ipsis aquis  
& uentrem lædi & splenē. Quicunq; aut altam habitant regionē, planā, uentis expositam, & aquo-  
sam, eorum formæ magnæ, ac inuicem similes, & erectæ. Animi quoq; eorū existunt mansuetiores.  
Qui uero macra, aquis carentia, & nuda loca tenent, & quæ temporū mutationibus non sunt permī-  
sta, horum constitutiones necesse est esse asperas, & intentas, flauas magis q̃ nigras, mores etiam eo-  
rum rigidi sunt, pertinaces, & contumaces. Vbi enim mutationes temporū contingunt frequentes, &  
plurimū inter se diuersæ, ibi & formas, & mores, & naturas reperias plurimū differentes. Temporū  
itaq; uarietates potissimæ sunt quæ naturā ipsam permutant. Deinde etiam regio in qua multæ ua-  
riationes fiunt. Postremū aut aquæ. Inuenias enim ferè semper & formas hominum & mores regio-  
nis naturæ compares. Nam ubi terra crassa est, & mollis, & aquosa, aquæ aut ualde sublimes, ita ut æ-  
state calidæ sint, & hyeme frigida, & temporū ratio aliàs probe conueniat, ibi & homines carnosius, ar-  
ticulis non adparentibus, humidis, laboris intolerantes, & ut plurimū maligni nascuntur. Segnitieq;  
& somnolentia eis inest multa. Suntq; ad artes tractandas crassi, non acres aut subriles. Vbi autem  
regio est nuda, natura munita, & aspera, quæq; & à frigore hyberno prematur, & à sole æstiuo exura-  
tur, ibi duros, & graciles, & articulis probe distinctis, intentosq;, & hirsutos reperias homines, & in  
quibus à natura laboris tolerātia, & uigilantia inest. Quiq; mores habeant pertinaces, ad iram procli-  
ues, & contumaces, magisq; feritate participantes q̃ mansuetudine. Insuper ad artes etiam acutiores  
& plus solertes, & ad res bellicas gerendas aptiores. Quin & omnia quæ à terra proueniūt,  
terræ ipsius naturam respiciunt & sequuntur. Atq; hæcenus quidem maxime con-  
trarias corporum naturas & formas diximus, è quibus coniectura  
facta, si quoque reliqua consideraueris, nun-  
quam à uero aberrabis.

F I N I S.

# CL. GALENI DE ALIMENTORVM FACVLTATIBVS LIBER

PRIMVS. MARTINO GREGORIO  
INTERPRETE.

1

2

**E** facultatibus quæ alimentis  
insunt, pleriq; præstâtissimorū  
medicorum, præcipuo studio  
in eam speculationem conuer  
si conscripserunt, quod omniū  
quæ sunt in medicina, ea prope  
modū sit utilissima. Nam alijs

præsidij non omni tempore utimur: sine alimen  
to autem ne uiuere quidem, neq; secunda neq; ad  
uersa ualitudine possumus. Merito igitur præstan  
tissimorum medicorum plurimi, facultates, quæ  
ei insunt, diligēter magnocq; studio peruestigarūt.  
Inter quos alijs sola experientia nobis innotescere  
contenderūt; alijs rationem quoq; una placuit ad  
iungi: alijs deniq; uel primas ipsi tribuerunt. Quod  
si ut inter Geometras & Arithmeticos, ita inter  
eos qui de alimentis scripserunt, omnino conueni  
set, nihil nūc oporteret nos denuo hanc de iisdem  
post tot ac tales uiros scribendi molestiam subire:  
Verum cum mutuis dissensionibus suspectos sese  
reddiderint (fieri enim nequit, ut omnes uera di  
xerint) quæ ab illis sunt tradita, à seueris iudicib.  
examinari est necesse, iniquū enim fuerit, uni præ  
alijs absq; demonstratione fidem adhibere. Porro  
cum demonstrationum duo genere sint principia  
(aut enim à sensu, aut à notione euidenti demon  
stratio omnis ac fides proficitur) nosq; ad præ  
sentis cōmentationis conscriptionem necesse est,  
aut altero horū, aut utroq; uti, ratione autem res  
iudicare nō omnibus itidem sit promptū (nam &  
natura sagaces esse oportet, & à puero ingeniū in  
mathematicis disciplinis excoluisse atq; exercuiss  
se) fatius esse duximus ab experientia auspicari,  
eoq; maxime, qd bona pars medicorū hac sola ali  
mentorū facultates inuenias esse pronūciarint.  
Nam empiricos, qui omnes studium operamq; eo  
conferunt, ut quæ ratione sunt inuenta ambitiosis  
contentionibus oppugnēt, fortasse quis cōtempse  
rit: uerū Diocle quid facias, qui (tamen si professio  
ne est dogmaticus) hæc ad Plistarchū in primo de  
sanitate libro scripta reliquit: Qui omnia sapore  
eodem, odore, calore, aut alio id genus prædita, ui  
res easdem obtinere existimāt, haud recte opinan  
tur: nam multa ostendere possum inter se pugnare,  
etiam si, quod ad prædicta attinet, inter se conue  
niant. Non enim si quid aliū, aut urinā mouet, aut  
aliā quālibet habet facultatē, ideo tale esse quodq;  
est putandū, quod uel calidū sit, uel frigidū, uel  
salum: quandoquidē non dulcia omnia, aut acria,  
aut falsa, aut cetera id genus easdem habent facul  
tates: sed si quis actionis cuiusq; ipsorū causam to  
ti naturæ reterit acceptam, is minime à ueritate  
aberrarit. Qui uero singulorum causas, cur uideli  
cet nutriant, aut aluum, aut urinā cecant, uel aliud

quidpiā eiusmodi præstent, reddendas autumant,  
ignorare uident, primū quod hæc inquirere, haud  
frequēter ad usus sit necesse: deinde, qd multa sint  
in rerū natura, quæ principijs quibusdā sunt simi  
lia, ut nullam causæ rationem admittant. Ad hæc,  
nonnunq; allucinantur, cum incognita, & contro  
uersa, neq; admodū uerisimilia sumendo, abunde  
causam ipsam credūt se assignasse. Quocirca neq;  
ijs qui causas eiusmodi asserunt, neq; ijs qui de o  
mnibus causam putāt esse reddendā, est attenden  
dum: sed potius ijs, quæ diuturna experientia sue  
runt explorata, credendū. Quorū autē possumus,  
causa est inquirēda, quando qd de ipsis dicimus,  
sic speramus fore notum magis ac credibile. Hæc  
sunt Dioclis uerba, sola experientia alimentorū fa  
cultates nobis notas esse arbitrantis, nō ex indica  
tionibus, quæ cum à temperamento, tum à sapo  
ribus sumūtur. Cum aut in partibus plantarū alia  
adhuc inesset indicatio, eius non meminit. Dico  
aut partibus plantarū indicationē inesse, quæ præ  
ter alias Mnesitheus est usus. In plātis enim alias  
quidem radicibus, alias caulibus facultates inesse

ostendens: quemadmodū certe & folijs, & fructi  
bus, et seminibus alias. Quod uero experientia ut  
alia pleraq; ita & qui cibi facile, aut secus conco  
quantur, quæq; stomachū iuuent, aut offendāt, de  
niq; quæ aluum laxent, irritent, aut sistant, nos do  
ceat, nemo est, cui uel tantillū est mentis, qui igno  
ret. Cæterū in ijs ipsis pleriq; falluntur, qui citra  
limitationē faciunt de rebus periculū: ut in com  
mentarijs de simplicium pharmacorū facultate, atq;  
in tertio de temperamentis demōstrauimus. Nec  
fanē qui utrobq; cōmittuntur errores, multū in  
ter se sunt dissimiles. Quapropter hoc quoq; loco  
ad uiuū, uti illic, limitationes scribere, quibus quis  
intentus singulorū facultates citra errorem possit  
deprehēdere, haudquaquā mei est instituti, qui se  
mel dumtaxat de quaq; re scribere soleam, non ea  
dem in multis cōmentarijs de iisdem passim incur  
care. Vt tamen usitatum mihi morem ne nūc qui  
dem prætermittam, summas tantūmodo limitatio  
num, idq; ea breuitate, quam orationis perspicui  
tas patietur, sum cōplexurus. Incipiam autem ab  
eo quod omnibus est in ore, quodq; Erasistratus  
minus recte scripsit, melicratum uidelicet aluum  
non cuius subducere, neq; lentem cohibere, sed  
quosdam esse, qui præter quā quod neutrum ex  
periuntur, in contraria etiam incidunt: sistatur qui  
dum eis aluus à melicrato, laxetur aut à lente, præ  
terea quosdam inueniri, qui bubulam minori præ  
gocio, qd pisces saxatiles conficiant. Equidem ab  
istis semper soleo sciscitari (nam à postremis exor  
diar) quodnam his symptoma accidat, quo iudi  
cent se saxatiles pisces non coxisse, utrum ne pon

† Antiquus et  
Aldus legunt,  
hæc est, nos  
legimus.

† Ant. legit,  
ἐκ δὲ τῶν.



dus quoddam in ventriculo, ut instar plumbi, aut la-  
 pidis, aut luti quiddam incubere ipsis videat (hoc  
 nempe modo quidam, quem ex huiusmodi crudi-  
 tatibus sensum percipiunt, interpretant) an mor-  
 dicationem quandam manifesto in ipso, an flatu, an  
 ructu gravem sentiant. Tum alij nidorulentum ma-  
 gis sibi ructum accidere; alij, mordicationem; non-  
 nulli utrumque, responderunt. Horum igitur corpo-  
 ris habitum diligenter contemplatus, deprehendi, bi-  
 lis fluxu copiam in ventriculo, vel ob pravam quam-  
 piam temperiem, vel propter peculiarem constructio-  
 nem esse acervatam. Peculiarem autem dico constru-  
 ctionem, quoniam hominibus quibusdam bilis ex ie-  
 core in intestina defluens, in ventriculum regurgi-  
 tat: Pravam vero temperiem, cum calor naturae ipsis  
 inest acris ac mordax, & (ut sic dicam) febriculo-  
 sus. Proinde par est, ut isti cibos corrupti diffici-  
 les melius quam faciles coquantur. Quando, quae facile co-  
 quuntur, facile item alterantur, ac corrumpuntur:  
 contra, quae concocti sunt difficilia, non facile quo-  
 que, tum alterantur, tum corrumpuntur. Haec cer-  
 te si in multum calorem inciderint, coquuntur ma-  
 gis, quam si moderato occurrerint. Atque hac profecto  
 ratione accidit, ut nonnulli bubulam facilius, quam pi-  
 sces saxatiles conficiant. Lens autem quibusdam alu-  
 um movet magis, quam inhibeat, non alia ratione, quam  
 ut in commentariis quos de simplicium pharmaco-  
 rum facultate conscripsimus, demonstrauiamus.  
 Quemadmodum enim ex his quae a nobis preparan-  
 tur, nonnulla quae facultatem ac substantiam habent  
 contrariam, componuntur: ita & natura ipsa, permul-  
 ta quae sensui simplicia apparent, commiscuit: quod  
 in plerisque alimentis cõperias. Etenim non lens so-  
 la, sed & brassica, atque adeo marina propemodum  
 omnia, quibus testa pro cute est, quae Graeci *ὀστρα-  
 κώδεις* appellant, compositae ex pugnantibus fa-  
 cultatibus naturam sunt sortita. Nam solidum cu-  
 iusque corpus tarde permeat, aluumque possit: humor  
 vero, stimulat ad excretionem. Huius propter rei ex-  
 coctione manifesta sumitur demonstratio: cum aqua  
 in qua dictorum quodque fuerit decoctum, aluum sub-  
 ducat: ipsa vero corpora, inhibeant. Hinc nonnullos  
 audias, qui dicant: Si brassicam leuiter coctam, & uni-  
 uersim ac repente ex lebeate in vas aliquod, in quo  
 sit oleum ac garum, transusam, ante alios cibos sum-  
 peris, aluum subducet. Alios autem videas brassicam,  
 quae Graecis *διεφθότος*, id est, bis cocta nuncupa-  
 tur, ad ventris cohibitionem hoc modo adparare:  
 cum ipsam aquae prius incocerint, aquam quidem  
 totam ex lebeate effundunt, aliam autem adfundunt pu-  
 ram & calidam, in qua rursus brassicam secundo co-  
 quant: ut siquid proprii succi post priorem deco-  
 ctionem habuit reliquum, in hac penitus deponat.  
 Omnibus enim, quae in humore coquantur, usu ue-  
 nit, ut quiddam ab eius facultate in se deriuent, ac  
 de sua vicissim portionem aliquam ipsi impartiantur.  
 Id quod in his, quae in iure aliquo elixantur, siue le-  
 gumen, siue animatis pars, siue olus id fuerit, quo  
 tidie tibi licet discere. Res namque elixa, tam gustu,  
 quam olfactu, ipsius iuris: ipsum autem ius, rei, quae in se

est elixa, qualitate ac facultate repraesentat. To-  
 tius porro, qui nunc nobis est propositus, sermo-  
 nis ueritate poteris sic explorare: Lentem, aut brassi-  
 cam, aut aliquot marinorum memoratorum anima-  
 lium decoquito: postea decoctum oleo, garo, pipere  
 reque conditum, cui libuerit propinato, idem facito in  
 brassica bis cocta. Videbis enim potione quidem,  
 aluum dilui: solidi autem corporis esu, constipari. Qua-  
 re non est quod miremur, si ab huiusmodi cibis, sensus postea  
 quando cum ipsorum succo solidum corpus sumptum  
 fuerit, tormina interdum & inflationes oriantur. Per  
 oleum, &c. per  
 gna enim quaedam inter utrumque fit, cum solidum  
 quidem corpus hareat subinde, ac tardet: succus au-  
 tem ad excretionem properet. Quo casu si quod  
 mordicat, excretum fuerit, cessat symptoma: sin mo-  
 retur, ventrem torminibus ac flatibus infestari est  
 necesse: quibus sola pugnantium excretio finem im-  
 ponet. At cum nonnullis uenter ad egerendum [na-  
 tura] sit propensius: alijs autem est siccus, & ad egeren-  
 dum difficilis, utrique pro sua natura symptomatis,  
 quae ab huiusmodi cibis fiunt, afficiuntur: cum uen-  
 ter alius succi, alius solidi corporis facultati opitu-  
 letur. Duabus namque contrarijs causis simul com-  
 missis, unam superare, alteram succumbere alteri est  
 necesse. Id ipsum autem propter utris affectus quos-  
 dam accidit, non natiuos quidem illos, sed aliquo tem-  
 pore subortos. Nunc enim pituitosum in eo humo-  
 rem, nunc biliosum acervari contingit. Atque ipsius  
 pituitosi, alius quidem est acidus, alius salis, alius  
 dulcis, alius denique sensibilis qualitatibus est expers.  
 Rursum alius est liquidus, alius crassus, alius uisci-  
 dus, alius dissipatus facilis. Ad haec humoris bilio-  
 si, alius est flauus, alius pallidus, in quorum utro-  
 que maximus est pro maioris et minoris ratione di-  
 scrimen: ut interim alias eius species praetermittam,  
 quae in corporibus & aegrotantibus apparent. Sin-  
 guli igitur memorati humores, cum aut ad alui ex-  
 cretionem, aut eiusdem cohibitionem plurimum ha-  
 beant momenti, postea quam integra ciborum memo-  
 ratorum corpora cum suis succis in ventrem per-  
 uenerint, ipsi quidem quae eiusdem secum sunt fa-  
 cultatis, ferunt suppetias: aduersantur autem ipsi quae  
 sunt contrariae. Antea quidem duas genere causas re-  
 censueramus, propter quas, ipsidem sumptis cibis,  
 diuersi in uentre effectus sequerentur. Iam uero pre-  
 ter naturalem constitutionem, & liquidas solidasque  
 partes, id est, ciborum partes, tertia quoque  
 adinuenta est. nec uero siue *ὀστρακώδεις*, siue *ὀστρα-*  
 siue *πρωκός* appelles, quicquam intererit. Siquidem  
 tum ipsi nominibus, tum etiam ipsi nihilominus, ci-  
 bos *σπία* & *βρωμα* appellant. Cui rei testis est  
 Hippocrates, in ope de morbis populariter gra-  
 santibus scribens ad hunc modum: *πρὸ βρωμα*, id  
 est, escas, ac potus experiri oportet, an aequae diu-  
 morentur. At rursus alio loco: Labor, *σπία*, hoc  
 est, cibis, potus, somnus, uenus, omnia mediocria.  
 De nominibus quidem certe (quod semper praedi-  
 camus) non oportet nos esse sollicitos, nec quo pa-  
 cto quis ipsis utatur, laborare, cum ea praefertim om-  
 nia Graecis sint usitata: sed rerum ipsarum scientiam conse-

confectari. Alimenta ergo citi tardius transitus esse comperiuntur, alias ob naturalem nostram ab initio constitutionem, alias ob ventris dispositionem acquisitionem, nonnunquam ob peculiarem aliquam esculentorum ac poculentorum substantiam: quandoquidem ex his, quaedam humida, quaedam sicca [durave] sunt: ceu alia viscida, alia friabilia, ac diuisu facilia: nonnulla denique acrimoniam in se habent, alia acorem, aut amarorem, aut dulcedinem, aut falsuginem, aut austeritatem, aut acerbicatem, aut alias, extra has, facultates medicamentosas eiusdem generis cum his, quae purgantibus medicamentis iniunt. Siquidem atriplex, blitum, malua, cucurbita, quia sunt lenta ac perhumida, alijs quae talia non sunt, celerius sublidit: idque potissimum in his, qui sumptis illis, in solo leniter obambulant. Lubricabunt enim si quis concutiat, promptius quam si quietus faceat. Eodem in genere ponere quis possit, mora, dulcia cerialia, & ex uinis quae dulcia simul sunt ac crassa. Pepones quoque, & quos melopepones uocant, quod humidi sint ac lentius, uentri subducendo sunt idonei, facultatemque mediocriter abstergerendi habent, & horum maxime pepones: quam facile, si sordidam aliquam partem his confricueris, per ceperis: protinus namque cernes quicquid in ipsa est sordidum abstergi, ideoque inter ea quae urinam mouent, conuiuant. Porro inter humida corpora & aquosa sunt, quae praecocia uocantur, & perlica, & omnino quae cunctis nullam gustantibus ea aut olfacientibus, qualitate admodum repraesentant. Quae, si quidem uenter ad deiciendum est propensus, non aegre sublidit: sin minus, haerent & ipsa sublimia, nihil ad ipsam excretionem conferentia. Etenim huiusmodi ciborum materia medium quodammodo inter alium si stentia & proritantia, locum sortita, exiguum quid in alteram partem affert momenti, si in uentre incidat, nec ad excernendum ualde socordem, nec ad distributionem alacrem ac robustum. Interdum enim haec quoque alium cohibent. Quin & melicratum, in quibus celeriter distribui occupat, nihil alio ad excretionem confert: quin immo cibus secum commixtus, ad distributionem praestat. Quod si distribui celeriter non anteuerit, excretionem non secus ac flaua bilis, sua acrimoniam ac mordacitate irritat. Hoc ergo ciborum atque potionum genus duntaxat mordicatione sua uentris, partes ad expulsionem exuscitat. D

Alij uero non sic modo, sed de illis quoque cibis intelligi posse dictum eius uoluerunt, qui neque alendi, neque purgandi animalis ullam habent facultatem. Haec enim inquit, non modo ut alimenta, uerum etiam ut medicamenta saepenumero agere, cum manifeste nos calfaciant, refrigerent, siccent, aut humectent: ueluti dum horum nihil in hominis corpore efficiant, sed ipsum tantummodo alant, tum medicamenti ratione haudquaquam habere. Sunt autem sane paucissima id genus edulia. Quotquot uero ea fuerint, alimenter duntaxat ratione plane habent, corpus eius qui sumpsit, in qualitate non immutatum. Etenim quod refrigeratum est aut calfactum, humectatum, aut siccatum, secundum qualitatem est mutatum. Quod uero ex cibo ad molem dissipatae substantiae facientem animal sibi assumpsit, ab illo duntaxat ut alimentum iuuatur. Quamobrem quae medij sunt temperamenti, nullaque uincenti qualitate sunt praedita, ea solus sunt alimenta, non etiam medicamenta: uentremque nec soluunt, nec cohibent: stomacho nec robur, nec imbecillitatem inducunt: sicuti sudores urinamue nec prouocant, nec coercent: nec aliam quamuis dispositionem calidam, frigidam, humidam, aut siccam in animantis corpore ingenerant, sed quale animantis, quod nutritur, corpus assumpserant, tale prorsus conseruant. Verum hoc quoque loco limitatio quaedam est utilissima, quae ne ipsa quidem a Diocle est posita, ut nec aliarum quaeuis, quas haecenus recensuimus. Si enim hominis corpus medij plane sit temperamenti, per alimenta medij temperamenti eo in statu seruabit. Verum si id frigidius, uel calidius, siccius, aut humidius fuerit, medij temperamenti cibum & potum perperam exhibueris. Quippe huiusmodi corpus, quatenus ab exacte media constitutione recessit, eatenus in diuersum statum traducatur est necessesse: sicut autem id per praesentis distemperantiae contraria. Contraria autem pari interuallo in utraque oppositione a medio in utramque partem secedat oportet: ut si corpus tribus (uerbi gratia) numeris a temperata ac media constitutione ad calidioris secesserit, totidem cibum quoque a medij temperamenti cibo ad frigidioris secedere erit necessesse: sin uero quatuor numeris ad humiditatem discesserit, totidem cibum mediocriter siccioris esse conueniet. Atque in eo certe permultos est inuenire, qui de hisdem cibis ex diametro pugnantia pronunciant. Nuper enim duo inter se concertabant, quorum alter salubre, alter in salubre mel esse affirmabat: uterque ex illo sibi a melle affectu coniectans: nondum illud intelligentes, quod omnes homines non unum ab initio habuerunt temperamentum: neque si habuissent, immutabile ipsum, aetatis cursu, aut in temporum anni ac locorum commutationibus, tueri potuissent: ut nunc omittam, quod iidem homines uicariis institutis, ac uictus ratione, natium corporis habitum immutant. Ne igitur longe abeam, eorum qui de melle inter se disceptabant, alter quidem erat atate senex, & natura pituitosior, utaque ociosa, et cum ad alias omnes actiones, tum autem ad eas exercitationes, quae balneum praecedunt, ignauus. ob eamque causam, mel

ei erat utile. Alter uero, natura erat biliosus, & an-  
nos natus triginta, in quotidianisq; operibus mul-  
tum sese fatigabat. nō abs re igitur in eo mel celeri-  
ter in bilem uertebat; eaq; ratione sibi erat nocen-  
tius. Noui autē & ipse quendā, qui de ore uentricu-  
li querebat: q; cum acruata in eo pituita proueni-  
re, ex ipsius sermone cōiectassem, consuluissemq;  
ut cū sinapi betam & porrū sumeret; eorū ope inci-  
sam pituitā, largiter per aluū excreuit, omnibusq;  
symptomatibus est liberatus. Idem postea cū post  
elum ciborū acrium nō coxisset, mordicationeq;  
in uentriculo sentiret, sumpto rursus cū beta sina-  
pi, nō modo à mordicatione non fuit leuatus, ue-  
rum etiā longe deterius habuit: tum protinus ad-  
miratus, quid esset, q; ab ijs, quæ ante summo opere  
uiuissent, nūc grauiter lædere, causam sciscitatu-  
rus ad me accessit. Eos porro, qui rei medicæ sunt  
imperiti, in his falli nō est absurdū. Verū medicos,  
q; pleraq; & eadē utilissima theoremata præterit  
indistincta, quis ferat? Non enim ipsos simpliciter  
pronūciare conuenit, pisces saxatiles p multis qui-  
dem cōcoctu esse faciles: nōnullos tamē reperiri,  
qui bubulā facilius conficiāt: sed utrosq; distingue-  
re: quemadmodū de melle nō simpliciter pronun-  
ciare, sed simul adijcere quibusnā ætatibus, natu-  
ris, anni temporibus, regionibus, ac uitæ rationi-  
bus utile sit, aut noxiū: uerbi gratia, q; calidis et sic-  
cis sit aduersissimū; frigidis uero ac humidis utilis-  
simum, siue ea temperies eis sit naturalis, siue ac-  
cesserit propter ætatē, siue propter regionem, aut  
anni tempus, aut uitæ cōditionem. Itaq; ad presen-  
tem speculationē summe necessarium esse uidet,  
hominū pariter ac ciborum tēperamenta conside-  
rasse. Porro qualianā hominū sint temperamen-  
ta, & qua ratione ea dignoscere cōueniat, in com-  
mētarijs, quos de tēperamētis scripsimus, ceu uti-  
que & de medicamentorū tēperamētis, in ijs quæ  
de illorū facultatib; prodidimus, abunde diximus:  
in præsentia uero tempus exposcit, ut alimentorū  
temperamenta exequamur ea methodo, qua in li-  
bro de uictus ratione sunt scripta, qui est, ut non-  
nullis placet, Hippocratis: ut alijs, Philistiōis, aut  
Aristionis, aut Euriphontis, aut Philite, omnium  
antiq̄uorū uirorum. Initiū autē ipsius in nonnullis  
quidē exemplaribus est: Ciborum omnium ac  
potuum facultates, tum naturales, tum arte acci-  
tas sic dignoscere oportet. In alijs autem hoc: Lo-  
corum aut omnium situm ac naturā sic oportet di-  
gnosce. Cum nāq; scorum libellus ille circum-  
fertur, De ratione uictus inscribitur, estq; is secun-  
da pars, cum opus totū in partes tres sit diuisum.  
Cū uero totus unicus & nō diuisus, ex tribus con-  
flatus inueniē. De natura humana & uictus ratio-  
ne inscribit. Secūda igit pars, in qua agit de cibis,  
nō abs re forte Hippocrate digna purabit: sed pri-  
ma quam plurimū ab Hippocratica sentētia rece-  
dit. Verū id quidem præter institutū, obiterq; sit di-  
ctum. Cuiuscunq; aut memoratorum uirorū fue-  
rit, omnē in cibis uictus rationem ad uiuersalem  
quandā methodum uidet reuocare. Qui em hor-

deum coctū, natura frigidū & humidum esse didi-  
cerit, sciueritq; corporū temperamenta, tum natu-  
ralia, tū alicuius affectus occasione acquisita diju-  
dicare, is rite nō tantū sanis corporibus, uerum e-  
tiam ægotantib; hordeum edendū exhibebit. Pre-  
terea & cataplasmatibus ex hordeacea farina per-  
cōmode utetur, qui & corporis, & hordei tempe-  
ramentū tenuerit. Nec uero satis fuerit principalis-  
simam ac primā cuiusq; cibi temperiem nouisse,  
sed, ut in libris de medicamētis monstratū est, eas  
quoq; quæ hāc sequunt [qualitates] callere opor-  
tet; quæ & ipsæ sunt utilissimæ, multæ quidem (si  
nō omnes) in saporibus: quædam autē, etiā in odo-  
ribus. Quod enim unūquod ex tanto calido, frigi-  
do, humido, et sicco quodāmodo est temperatū, id  
circo hoc dulce, illud amarū, salsum, acerbū, auste-  
rum, acrēue apparet. *ἁλυσίον* autē, nihil aliud est, q̄  
*ἁλυσίον*, id est, salsum; nā utraq; uoce res una de-  
claratur. Item acerbū & austērū cōmune genus est,  
q; Græci *σύφον*, nos adstringens appellamus. Cæ-  
terum in quarto libro de simpliciu medicamentorū  
facultate, de omni saporū genere copiosissime  
differuimus. Quē certe librū necesse omnino est cū  
perlegisse, qui ea quæ in præsentia à nobis dicun-  
tur, est assecuturus: ut ne q̄ semel de ijs dicta sunt,  
in hisce libris identidē repetere cogamur. Ergo ci-  
borum nōnulli quidē, quemadmodū haud ita pri-  
dem cōmemorauimus, siquis eos gustauerit, aut  
olfecerit, nullā insignem ac manifestā qualitatem  
præ se ferunt: quos sanē *ἀγρις* & *ὀδονόδισ*, id  
est, qualitatis expertes, & aquosos nominant: alij  
autē manifestissimam habent astrictionē, aut conge-  
nitā dulcedinē; aut acrimoniam, sicut nonnulli quo-  
que saliores, aut amaritudinis quidpiam habere,  
p̄spicue cernunt. Quare p̄spiciū est, cibos eius-  
modi eandem cum ijs medicamētis habere faculta-  
tem, quibus cū sapore cōueniunt. Cæterū in com-  
mentarijs de medicamentis, causam explicuimus,  
quāobrem adstringentia quædā non eadem cum  
alijs adstringentib; [in corporibus] agant, ut aloē,  
æs ustum, autamentū sutoriū, flos æris, squamaq;  
& chalcitis. Etenim q; in quocq; istorū adstringen-  
ti facultati ac substantiæ, alia quæpiā sit admixta,  
euenit ut opera quæ sigillatim ædūt, sint diuersa,  
perinde ac si malo cydonio scāmoniam intus mi-  
scueris: quod utiq; interdū facimus, partes malī,  
quæ circū semen sunt exculpentes, deinde cauita-  
tem scāmonia implentes, deinde affigentes ac al-  
santes, atq; ita malū mandendū exhibētes. Quod  
nanq; hunc in modū preparatū est, absq; stomachi  
subuersione aluū subducit. Facultate nimirū pur-  
gatrice, quam malū ipsum à scāmonia acquisiuit,  
in ipso uincente, propria autē ipsius malī manente.  
Alioquin nec iueundū, nec adstringens, nec stoma-  
cho esset utile. Ad eum igitur modū cibaria quæ-  
dam facultatē quampiā habent in seipsis admixtā,  
cui aut purgare, aut aliud quippiā agere sit natura-  
le. In quibus nō est dubitandū, quin saporū facul-  
tates actionē suam, quam à natura habent, efficiāt.  
In quo enim qualitas inest adstringens, ipsa, quan-  
tum in

tum in seipsa est, uicina corpora cogit, cōstringit, ac refrigerat. Idem aut corpus nonnunq̃ alias sui partes calfacientes, alias refrigerantes habere potest, ut in libris de simpliciū pharmacorū facultatibus demonstrauimus: natura scilicet eas ita permiscēte, ut medici quidā frigido cuiuspiā pyrethrū, aut piper interdum cōmiscēt: hæc certe, uti diximus, in cōmentarijs de medicamentis copiosissimè pertractata, his quæ nūc à me docent, sunt utilissima. Nā qui hæc ante didicerit, modū reperiet, quo cibos omnes sigillatim apparare queat. Nam nos quoq; τριτοφυλον, id est, ex beta & lēte edulium nonnunquā damus: atq; ante nos Heraclides Tarentinus multis non tantū inculcata ualeitudinis fruentibus, uerū etiam malo aliquo affectis sæpe exhibebat. Primū ergo betarum copiā: deinde cum cōdimus, aut salis plusculum, aut dulcem garum, ei iniijcimus: sic nempe alutū magis subducit. Sin minus uis subducere, lentem excorticatā bis decoquito, aqua uidelicet priore effusa: dein salis, aut gari portiuncula addita, aliquod eorū quæ aluum modice sistunt, iniijcito, puta acetū, ea mensura, ut gustum non offendant. Ita enim pharmacū iucundissimum atq; utilissimū effeceris, & cibū non paucis eorū, qui diuturna diarrhoea conficiantur. Porro dixi nō paucis, nō omnes cōplecti uolens. Nam hic quoq; limitationē est usus, per quas, eorum qui diarrhoea iam pridē laborant, affectus inueniē. Omnino enim nullius rei uires experientia cōmode explorabis, nisi prius per rationem ad unguem cōpertum habueris affectū, cui applicatur quod exploras, siue id sit cibus, siue potus, siue medicamētū. Quippe affectuū cognitio, est materia remediōrū, non ipsorū remediōrū cognitio. At quoniam fieri nō potest, ut, nisi quis materiarij, qbus utimur, facultates exacte calleat, illarū opē egentib; succurrat, necesse est ut alibi de pharmacorū, ita hoc quoq; loco de alimentorū facultatibus differamus. Cognitio aut horum uix tandē longo tempore recta nobis accedit, quā consequimur cū ex certa definitaq; experientia, tum ex halitūū saporūq; natura (quæ duo rebus, quas examinamus insunt) ad hæc, ex consistentia quā habent secundū lentorē, [aut friabilitatē,] aut laxitatē, & densitatē; aut leuitatē, & grauitatē. Hæc enim omnia ad ipsarū inuentionem adeo conferunt, ut cum in peregrinā regionē perueneris, siquid esculētū nunquam prius tibi cōspectū offenderis, permultas sis occasiones atq; adiumenta ad eius facultatē pernoscendā habiturus. Ceterū quæ Mnesitheus de radicibus, caulibus, folijs, fructibus, seminibusq; prodidit, non certā ualde habent dignotionē, si experientia definita ipsa exploraris: quod ex ijs quæ sequuntur, fiet manifestū. Statui enim de cibis singulis seorsum pertractare. Quod si tractatus ipse longior erit, poterimus ipsum postea alio quodam minore libello perstringere, qui ijs qui artē docent utilis erit; quandoquidē exercitatio sola ac doctrina, quæ per diffusam enarrationē traditur, nos artifices reddit. Ideoq; nō inscite illud mihi uulgo dicitur.

ci uidetur, optimā esse doctrinā, quæ uiua uoce traditur. neq; eū quenquā ex libro nauclerū, aut alterius artis artificem euadere. Librī enim sunt ijs, qui ante eruditi fuerunt, monimenta, nō rudium & indoctorū doctrina perfecta. Quod siqui sint, qui præceptoribus careant, uelintq; ijs, quæ planè ac copiose sunt scripta (q nobis scribendi mos est) diligenter incūbere, magnum ijs fructum capient, potissimū si ea relegere identidem non grauentur.

De tritico.

**H**Aud iniuria medicorū plurimi præsentē doctrinā à tritico mihi uident auspiciari: quando cum apud Græcos omnes, tum barbarorū plurimos, semen hoc & frequētissime & summa cum utilitate usurpatur. Inter tritica aut plurimum habent alimentū, quæ densa sunt, totaq; substantiam habent adeo compactam, ut dentibus uix diuidi queāt. Talia enim exigua mole, corpora plurimū nutriunt: quæ uero ijs sunt contraria, quæq; dentibus quidem facile frāguntur, fractaq; rara ac laxa apparent, magna inole exiguū reddunt alimentū. Quod si utrorūq; parem modū pendere libuerit, quæ densa sunt, multo grauiora esse cōperies. Hæc autē sunt, colore etiā laxis flauiora. Explorare autem horum naturā non simpliciter oportet, superficiali externā duntaxat contemplando, sed diuidendo quoq; ut diximus, ac frangendo: multa enim quæ extrinsecus flaua ac densa fuerunt uisā, rara intus ac laxa albaq; apparuerunt. Quæ sanè fursuris habent plurimū: & siquis posteaquā molita sunt, tenuissima farina excussa, ex reliquo panes, quos τριτοφυλον, id est, fursuraceos appellant, fecerit, parum quidē ipsos alere, uentrem uero multis excrementis implere experietur: ob eamq; causam facile etiam subsidere. Præterea q; fursur nonnihil facultatis habet deterioræ, merito intestinis irritatis celeris eorum fit defectio. Iis aut contrarij quidem sunt panes purissimi, plurimum ponderis exigua mole habentes: omnium uero panum tardissimi me deijciuntur. Videbis sanè illorum massam admodum lentam, ita ut q; longissime indiuisa trahatur, quod corporis lentū est propriū. Merito igitur ijs quidē & fermentū copiosiore indigent, omniumq; maxime subigere eos oportet: nec statim post fermentū & subactionem affare. Fursuraceis uero paucum fermentū, & lenis subactio, breueq; interuallum sufficit. Pari modo qui puri sunt, affectionem diuturniorem: fursuracei, breuiorem postulat. Porro nō pauca est inter purissimos, ac sordidissimos, minoris maiorisq; ratione latitudo, cū alios quidem puros, alios sordidos & uocemus, et reuera sint. Est autem & alia panum species inter hos planè media, quos αὐτοφυλον appellant; medicī autem ueteres ipsos nominabant στυλοφυλον. Ceterum quod hi fiant ex farina à fursure non separata, & fursure à pura farina non separato, omnibus id est perspicuum: illinc enim nomina ipsis indiderunt: αὐτοφυλον quidem, quod αὐτὸς ὁ στυλος, id est totum ipsum triticum, nulla sui parte adempta in panificium cedat: στυλοφυλον aut

tem, q̄ ad ipsos conficiendos tota farina nusquam a  
 a furtive seiuncta *συνζυμίζου*, hoc est, compor-  
 tetur. Verū & inter hos ipsos, qui ad unguem me-  
 dij inter fursuraccos & q̄ purissimos panes esse ui-  
 dentur, nō parua est pro tritici natura differentia.  
 Siquidem ex denso ac graui tritico, prestantiores;  
 ex laxo autem ac leui, panes sunt deteriores. Et a-  
 pud Romanos quidem ut & apud alios propemo-  
 dum omnes, quibus ipsi imperant, panis quidem  
 purissimus *σλιγνίτης*, id est, siliginis; qui autē  
 huic est p̄ximus, *σεμιδαλνίτης*, id est, similaceus,  
 nuncupatur. uerum *σεμιδαλνίτης* quidē gr̄cum no-  
 men est & antiquū: *σλιγνίτης* uero neq̄ gr̄cū est,  
 neque ipsam aliter possum exprimere. Inter panes  
 igitur, siliginis plurimū alimentum prestat: post  
 ipsum autē, similaceus: tertio loco, medius qui &  
*σζυζομνός* & *ἀντίπυρος* dicitur: quartū post hūc  
 est sordidorū genus: in quibus fursuraceus est po-  
 stremus, minimūq̄ omnium nutrit, & omnium  
 maxime per alium subsidet. Concoctū autē inter  
 panes sunt facillimi, qui plurimū sunt fermentati,  
 & pulcherrime subacti, quicq̄ in clibano igne mo-  
 derato fuerunt assati. Nam ignis ardentior primo  
 statim occurſu superficiē externam circumurens  
 in testē modum indurat, acciditq̄ duplici nomine  
 prauum panem fieri: priori quidem, quod partem  
 internam habeat crudam atq̄ illaboratā: posteriori  
 uero, quod externam siccam habeat, ac præassā  
 tam ac testaceā. Porro ignis moderato remissior,  
 panē minus belle elaborat, sed ipsum crudiorē  
 relinquit, & maxime partem omnem eius inter-  
 nam. Qui autem in igne moderato, longiore spa-  
 tio p̄ totos seipsos æqualiter assati fuerint, ij tum  
 bellissime in uentriculo cōcoquantur, tum ad cæ-  
 teras actiones, quæ cōctionē consequuntur, erunt  
 accommodatissimi. Pellimi autem panes ij sunt ha-  
 bendi, quibus nihil memoratorū ante, adest. Cum  
 autē iam fines probitatis & prauitatis in panibus  
 constituerimus, nemo iam est, qui non uel tacenti  
 bus nobis facile intelligat, alios esse panes, qui aut  
 optimis, aut deterrimis sint propinqui; alios por-  
 rō ab illis discedere, tum alios quosdā inter utrosq̄  
 que hos locum mediū obtinere. Proinde quemad-  
 modum prius de melle admonuimus, non simpli-  
 citer esse pronuntiandū, ipsum salubre esse aut in-  
 salubre, sed pituitosā quidem naturā, hoc est, hu-  
 midiori ac frigidiori q̄ temperata, ipsum esse salu-  
 bre, nec minus etiam si ea natura tātum fuerit fri-  
 gidior sine multa humiditate, aut humidior sine  
 multa frigiditate; calidis autem temperamētis, ac  
 his etiam multo magis calidis ac siccis, haudqua-  
 quam ipsum conuenire: ita panum quoq̄ is athle-  
 tæ quidem est accommodus, qui neq̄ bellissime est  
 assatus, neq̄ multū habet fermenti; priuato autem  
 & leni, qui bellissime quidē in clibano est assatus,  
 fermenti autē habet multum. Porro qui fermento  
 omnino caret, nemini prorsus est accommodus.  
 Quod si casei aliquid insuper addatur (ut rustici  
 apud nos festis diebus solēt apparare, eosq̄ panes  
 ipsi uocant *ἀζύμους*, id est, fermēti expertes) eius-

modi prompte omnes lædunt, etiam si qui fortissi-  
 mo sint corporis habitus: cuiusmodi sunt messorū,  
 ac fossorum robustissimi. Ab his nāq̄ facilius con-  
 fici uideas panes *ἀζύμους*, ut bubulā etiam ac hir-  
 cinam, q̄ a grauibz athletis. Quid iam loquar de  
 ouilla aut caprina? cum in Alexādrīa asinina quo-  
 que uescant: sunt qui & camelina. Ad ipsarū enim  
 cōctionem nō nihil confert tum consuetudo, tum  
 uero earum carniū, quæ sumuntur, parsimonia;  
 ac deniq̄ ipsa totius corporis inanitio, quæ illis ne-  
 cessario accidit, qui toto die in priuatis operibus  
 sese conficiunt. Carnes em̄ inanitē rapiunt ex uen-  
 tre succum non modo semicoctū, sed nonnunquā  
 etiam omnino crudum atq̄ incoctum, cum cibo  
 sumpto operibz sese reddiderint: ob eamq̄ causam  
 ij grauissimis morbis posteaprehenduntur, & an-  
 te senectam intereunt. Quæ cum uulgus ignoret,  
 illos ob corporis robur beatos prædicat, cum ea  
 esse & cōcoquere ipsos uideat, quæ nemo nostrū,  
 neq̄ edere queat, neq̄ coquere. Quod autem eo-  
 rum pleriq̄ qui laboribus sese confecerunt, a pra-  
 uis cibis minus lædantur, in causa est, quod ijs so-  
 luti sunt profundiores, quæ res ad cōctiones mul-  
 tum ipsis adfert momenti. Quod si ipsos plures or-  
 dine noctes insomnes ducere coegeris, morbo sta-  
 tim corripientur. Illi igitur unicū hoc ad prauos  
 cibos coquendos habent cōmodum: Athletæ ue-  
 ro alimentis utuntur nō optimi succi, sed crassi ac  
 uiscosi, illi quidē qui inter ipsos sunt graues. quo  
 nomine palestritæ potissimū appellantur: nunc ue-  
 ro & pancratistæ & pugiles ita appellātur. Cum  
 enim id solum eis sit propositum, ut ad certamina  
 sese comparent, in quibus interdum totum diem,  
 aut luctari, aut *πυλεσθαι* cogitur, idcirco ci-  
 bo indigēt corruptu ac euaporatu difficili: talis au-  
 tem est, qui succū habet crassum ac uiscosum, cu-  
 iusmodi potissimū est cibus ex carnibus suillis &  
 panibus, ut diximus, adparatis: quibus solī uere  
 athletæ uescuntur. Quod si quis priuatus, & ab ex-  
 ercitatione alienus, eodē cibo uti uoluerit, celer-  
 rime in morbum plenitudinis incurret, Græci uo-  
 cant *πληρωθῆναι*: quemadmodū si homo utens ex-  
 ercitationibus, oltribus, ac ptisanæ succo alere-  
 tur, totū suū corpus celeriter labefactarit, ac conse-  
 cerit. Porro si quis nostrū panibus illis utatur, qui-  
 bus dixi athletas uti, succus ex eis abundabit cras-  
 sus ac frigidus, qualem proprie crudum succū no-  
 minare cōsueuimus. Est sanē & pituitus succus cru-  
 dus & frigidus, non tamen crassus, ut qui humidi-  
 tatem multam habeat, & spiritum flatulentū. Cru-  
 dus autē succus proprie nuncupatus, talis est, qua-  
 le id apparet, quod in urinis subsidet, puri quando-  
 que ad simile: uerū pus & graueolens est & lentus:  
 crudus uero succus, crassitie & colore illi dūtaxat  
 est similis, ut qui neq̄ graueolens est, neq̄ lentus.  
 Non tamen febricitantibus quidem ex crudorum  
 humorum copia solis in urinis subsidet, cuiusmo-  
 di dixi: sed & sanis, qui post multos exanclatos la-  
 bores, cibos duos ac confectu difficiles esitant.  
 Verū de alijs quidem postea tractabimus. Nunc  
 uero

uero, quoniam de panibus primo statimus differe-  
re, ijs quæ à nobis dicta iam fuerunt, hæc adijcia-  
mus. Omnium quidem optimi sunt clibanitæ, ad eum  
quæ præscripti modum, tum assati, tum ad assationem præ-  
parati. Proximi autem ipsi sunt, qui in minori fur-  
no assantur *πυρρα* nuncupati, eodem uidelicet quod  
prædicti, modo præparati: sed quia in profundo  
non similiter assantur, ob id ab ipsis relinquuntur.  
At qui super craticulam, aut cineres calidos, aut fo-  
ci pauimentum seu clibanum assant, prauis omnes sunt,  
ut qui inæqualiter se habeant. Nam partes ipsorum  
extimæ supra modum sunt assatæ: intimæ autem cru-  
dæ. Cæterum ijs, quos propterea quod cineribus tecti  
assantur, sub cineribus nuncupant, cineres ipsi præ-  
uitatē aliquā aspergunt; quapropter omnium panum  
hos (si ipsis cætera omnia ante pariter adfuerint) <sup>B</sup>  
quod ad assandi saltim modum attinet, propemodum  
dixerim esse deteriores. Oportet enim semper eam  
de quibus agitur, ita accipere, ut quæ inter se com-  
parantur, in illis duntaxat de quibus agitur, mutuo  
diffideant. Quoad quidem si quæ pluribus inter se mo-  
dis discrepant, contuleris; quod de singulis ipsis membra-  
tim & seorsum dixeris, ea omnia collecta habebunt.  
De panum igitur differentiis abunde dictum est.

De placetis, quæ ex farina triticea sunt,

Græci *πυρρα* uocant.

<sup>D</sup>E alijs autem placetis quæ ex triticea fari-  
na parantur, dicere nunc fuerit oportunum.  
Ergo quos Attici quidem *πυρρα*: nos autem  
Græci, qui Asiam colimus, *πυρρα* appellamus;  
parantur autem ex solo oleo. Oleum autem fo-  
lum in sartagine, igni fumi experti impositam,  
inijciuntur: quod ubi in caluerit, triticea farina multa  
aqua imbuta, ei adfunditur; quæ celeriter dum  
cum ipso oleo coquitur, cogitur ac densatur, instar  
cæsi teneri in calatho concrefcentis. tunc autem  
iam ipsam uertunt, superficiem quidem ipsius su-  
periore in sartagine constituentes, ut ipsa sartagine  
etiam tangat. quod uero prius erat inferius, quodque  
abunde iam est coctum, sursum in sublimem tollen-  
tes, ut iam sit in superficie, & cum iam quod modo  
infra est, concreuerit, postea uertunt ipsam bis for-  
te aut ter, quoad tota placeta equaliter ipsis cocta  
uideatur. Perspicuum sane est, quod ipsa quidem  
crassi est succi, quodque uentrem cohibet, & succos  
crudos gignit; quapropter & à quibusdam mellis  
quidpiam ei admiscetur: sunt qui & salem marinum  
miscunt. Fuerit autem iam id quidem placeta ge-  
nus quoddam aut species, aut quocumque modo ap-  
pellari libeat, quæ admodum & alias quasdam pla-  
centarum species, tum rustici homines, tum urba-  
norum pauperissimi ex tempore componunt. Itaque  
quæ *πυρρα* & *κρυμα* in clibano assant, atque mox  
quam extracta sunt, in mel calidum, ut id in tota  
sele recipiant, inijciunt, placeta etiam sunt ge-  
nus quoddam: præterea, omnia quæ cum melle  
ex itris apparantur.

De uaria itriorum compositione.

<sup>D</sup>Uplex autem est itriorum species. præstan-  
tior quidem, quam rhyemata; deterior uero,

<sup>A</sup> quam lagana appellant. Quæ sane ex his ac simi-  
lagine componuntur, crassi sunt succi, & tarde sub-  
sident, iecorisque meatus per quos fertur alimentum,  
obstruunt, lienis imbecillitate augent, calculos de-  
nique in renibus gignunt. Quod si cocta belle fue-  
rint, atque in sanguinem mutata, admodum nutriunt.  
Quæ uero cum melle parantur, mistam habent fa-  
cultatem. Cum enim mel ipsum succum habeat te-  
nuem, & ea quibuscum miscetur, tenuet; factum  
merito est, ut quæ mel copiosius, dum paratur, as-  
sumperint, quæque diutius cocta fuerint, minus  
tarde subducantur, succumque extenui & crasso mi-  
stum generent: iecori uero, renibus, & lien, in re-  
cte quidem habentibus, magis quam ea quæ sine mel-  
le parata sunt, conducant: In ijs uero qui obstru-  
ctionis principium habent, aut inflammatione, aut  
scirrho sunt oblecti, nihil minus, quam illa nocent, non  
nunquam etiam longe grauius: & multo omnium  
maxime, quorum farina fuerit admodum lenta. Suc-  
cus namque qui ex ijs proveniet, non modo propter  
crassitatem ferri prorsum inhibetur, uerum etiam in-  
trinscus angustis uasorum sinibus circumfixus adeo  
impingitur, ut haud facile solui queat: atque ita ui-  
scus lacum, ijs qui ita sunt affecti, sensum ponder-  
is exhibet, ciborum ac potuum tenuantium ope  
indigens. Scripsimus autem alibi uno libro de ui-  
ctu attenuante. Nihil tamen eorum, quæ ita sunt  
parata, neque thoracem, neque pulmonem offendunt.  
Verum de edulij quidem, quæ crassum ac lentum  
succum generant, alio loco postea differemus. Sermo  
autem, qui nunc in manibus est, postulat, ut cum alia  
quæ adhuc exposuimus, memoria teneas, &  
omnium potissimum, panum facultatem, quod eis assidue  
utatur. Nec sane obsuerit, quæ de ipsis diximus,  
summatim repetere. Optimus certe panis ac salu-  
berrimus fuerit homini neque iuueni, neque exercita-  
tionibus dedito, qui tum salis, tum fermenti habet plu-  
rimum, quicquid plurimum ab artifice ante quam formetur,  
& affetur, sit subactus, & (ut supra diximus) in cli-  
bano mediocriter calido assatus. Modum uero fer-  
menti ac salis, gustu iudicato: quod namque in largio-  
ri horum mistura iam offendit, prauum. Quatenus  
igitur gustus nullum adhuc sensum tristem ex ea  
mistura percipit, eatenus ipsorum copiam augere  
præstiterit.

De pane loto.

<sup>P</sup>orro, qui panis abluendi rationem excogita-  
runt, minoris sane alimentum cibum, sed qui ab  
obstructionis noxa absit quoad licet longissime,  
inuenerunt. Siquidem panis hic succum habet mini-  
mum crassum ac lentum, ut qui ex terrestri acreus sit  
factus. Eius porro leuitas apparet, cum per stateram,  
tum quod in aqua non submergatur, sed instar sube-  
ris supernatet. Cæterum id edulium quod ruri apud  
nos coquitur, quod ex multa triticea farina la-  
ctis mista constat, scito ex ijs esse, quod intus obstruit.  
Ut igitur cibi ijs omnes boni sunt succi, & multi  
alimentum, ita eos qui ipsis assidue utuntur, legunt,  
obstructiones in hepate parientes, & in renibus  
calculos gignent. Cum enim humor crudus le-  
torem assumpsit, & transitus per renes quibus-  
dam nam

dam natura sunt angustii: ibi quod crassissimum est, ac maxime lentum, diutius moratum, πῶρον, id est, tophum prompte gignit: cuiusmodi in uasis in quibus aquam calfacimus adcrevit, aut ad saxa adfigitur in plerisque aquis calidis sponte nascitur. Confert autem ad id maxime renum ipsorum temperamentum, quando ipsorum calor acris fuerit ac ueluti igneus. Ex eo autem genere sunt & πῶρον, qui in arthriticis generantur. Fluit enim semper quod in corpore redundat, in partes imbecillimas, pro suaque ipsius natura, in ipsis affectum excitar. Cæterum cum postea de lacte agemus, de omni ipsius usu trademus, quemadmodum certe & de cibus in crassantibus: quandoquidem & alia quedam sunt, quæ eā habent facultatē.

#### De alica.

**A**lica ex genere est tritici, ualenterque nutrit, succumque lentum habet, siue in aqua duntaxat coctam cum mulso, aut uino dulci, aut etiā adstringente (nam horū quoque suo proprio tempore utimur) siue cum oleo saleque fricta sumas. Nonnunquam autem & acetū illi iniicitur. Atque præparatā eo modo alicā, medicī pīsanæ confectionē fuisse dicunt: quidā autē dicunt ex alicā pīsanā, agrorū fuisse cibātū. Veterū uero nonnulli, ut Diocles & Philotimus, pīsanā triticeam, alicā hoc modo structā appellitant. Quapropter eius nomē apud antiquos est rarū, quemadmodum & sitanij: ipsum enim communī nomine, triticū nuncupant. Dicitur porro est in libro Hippocratis de ratione uicij, panes ex alica factos, plurimi esse alimentī, sed minus subidere: præterea similitudinē & alicā coctam ualentis ac multi esse alimentī. Proinde usum huius multū uitare conuenit, idque potissimum quibus iecur obstruitur, aut renes calculis gignendis sunt apposti. Maxime præterea intētos esse conuenit ijs forbitionibus, quæ ex alica lota nuncupata parantur. Succus namque ipsius hic est aquæ cōmixtus, qui cū coctionē postulet plurimā, præparatibus quidē ipsum, quasi satis coctus sit, imponit. Agrotus uero, quibus ipsum parant, lædit non minimū. Celeriter enim, quod instar glutinis sit lentus, concrevit ac densatur. Oportet igitur ipsum multa aqua admixtum, super carbones coquere, plurimū mouēdo, quoad exācte coctus fuerit: tum uero salis quidpiam etiā injicere. Oleū autem etiā si initio statim immiscueris, nihil fuerit incommodi. Sed id quidem obiter sit dictum: ad medendi enim rationē, non ad præsens institutū, pertinet. Quod si quando sanī ob uehementē uentris mordicationem, siue ob biliosi humoris multum transitum, siue ob aliud id genus, forbitione egerint: ijs alicam plurimum coctam, usque dum extabuerit, deinde colatam, atque ita comparatam, ut pīsanæ succo colato sit per similes, forbendam tunc exhibeto. Eadem autem lotæ alicæ parandæ est ratio.

#### De tritico in aqua elixio.

**N**isi ipse aliquando in aqua elixū commedissem, nunquam aliquē eius usum in cibo esse credidissem. Neque enim fame grassante ad hunc

utendi modum quis accesserit, cum suppetente tritico, panem ex eo facere possit. In cœna uero quæ admodum elixum frixumue cicer, & alia quedam semina similiter parata, pro tragematibus, quæ uocant, sumuntur: ita triticū elixum à nemine sumitur. Ob eas sanè causas nunquam credidissem quæpiam triticum elixum esitasse. Cum autem & ipse aliquando rus procul ab urbe cum duobus adulescentibus meis æqualibus profectus, rusticos iam cœnatos deprehendissem, & mulieres sese, ut panem facerēt, accingere (pane enim carebāt) unusque ex ipsis reperit, e triticum in ollam coniectum coxisset, deinde sale mediocri cōditū, ut ederemus, esset hortatus (cogebamur autē id facere, ut par est, qui nimirum iter confeceramus atque esuriebamus) abunde certe comedimus, pondus tamē in uentriculo sensimus, ut lutum ipsi incumbere uideretur. Et cum postero die non coxissemus, totū diem cibum ita fastidiuimus, ut nihil edere potuerimus: præterea flatulento spiritu eramus pleni, caputque dolebat, & oculi caligabant. Neque enim per alium quidquam excreueramus, quod unicū in cruditatibus est remedium. Rogabam igitur rusticos, num & ipsi aliquando elixū triticum edissent, tum quonam pacto fuissent ab illo affectu. Illi uero & esitasse se frequenter, eadem qua nos necessitate compulsos, responderunt, triticumque ita præparatum graue & concoctū difficile esse edulium: quod sanè uel citra experimentū colligi facile poterat. Quādo enim ne ipsius quidem sumpta farina, ut ante retulimus, concoctū sit facilis, nisi per sale, fermentum, misturam, triturationem, clibanumque elaborata fuerit: quis non intelligat illaboratum triticum esse contumacissimum? Vires tamen triticum habet magnas, si sic sumptum, concoquatur, nutritque ualide corpus: ac robur insigne, qui ipso usu fuerint, conciliat.

#### De amylo.

**A**mylum ex tritico conficitur, partes exasperatas leuigandi uim obtinens: quæ substantijs omnibus consistentia sicca est cōmunis, quæ neque astrictiōne, neque acrimoniā, neque aliā quauis facultatem habent insignē, quas substantias iure à melle, id est, qualitatē, quæ sensu deprehēdi queat, expertes, appellant: qualis inter humiditas substantias est aqua. Cæterum amylo similem panibus lotis habet facultatē: nam ut illi, minus, quam panes non loti, corpori præbet alimentū, & non calefacit, cū ceteri panes calefaciant. Quod uero ad triticū in aqua elixū attinet, cū eo amylo ne cōferendum quidē est, cū palam, id tū calfaciat, tū ualenter nutrit, si cōcoctū fuerit: id quod factū (ut diximus) est difficile.

#### De hordeo.

**H**oc semē in usu frequēti apud homines est, quod non eandem cum tritico habet facultatē. siquidem hoc palam calefacit, illud uero non modo non calefacit (quomodo nonnulla, quæ in medio sunt calefacientiū & refrigerantium, ut amylo, & panis lotus) sed quoquo modo ipso utare, siue panes ex ipso feceris, siue pīsanā coxeris, siue



siue ἄλφιον, id est polentā feceris, uim quandam refrigerandi habere cernitur. Dissidet præterea à tritici natura, succi specie, quam utrunq; ipsorum gignere cōsuevit. Siquidem triticum, crassum ac lentum; hordeū autē, tenuem & nonnihil deterforium succū in nobis gignit. Quoquo igitur modo hordeū paraueris, nunq; corpus calfacit; sed uarie pro modo præparatiōis humectat ac siccatur. Quādoquidē polēta, quæ ex frixo hordeo est facta, siccare perspicue cernitur; ptisana autē humectat, cū salte, ut decet, fuerit parata, hoc est cū in coctione q̄ plurimū intumuerit, postea igne lento per multū ocū in chylū fuerit redacta. A cetū autē ei tūc admiscetur, cū planē intumuerit. Cum uero cocta exacte fuerit, sub edendi tēpus salē tenuē inijcere oportet. Oleum autē si initio statim inieceris, coctioni nil nocueris. Aliud tamen nihil est miscendū, nisi uelis anethi aut porri quidpiā, idq; initio statim immiscere. Video autē à cocis omnibus ptisanā pessime cōparari. In mortario nanq; crudam ipsam tundentes, nō ad ignē coquētes, dissoluūt. Sunt qui amylin etiam inijciant, ut per coctionē in chylum copiosum uideatur esse redacta. Talis certe ptisana merito maxime est flatulenta, & cōcoctū admodum difficilis. Quæ uero in ptisana recte comparanda, prætermisi, ea adijcere oportet. Crudam ptisanā aliquandū in aqua præmacera, tā, deinde in mortariū iniectā manibus terere conuenit, asperam quāpiam rem in se habentibus, cuiusmodi est quod uocant spartū, ex quo iumentis solæ neuntur: usq; eō autē terendū, dum præpositus ac qui in superficie est, cortex sit abiectus, is em, quo uestitur ceu tenui tunica, non totus inter pinsendū abijcitur. Quapropter & præmaceratur, & in mortario tunditur. Quod si nō quicquid est acris, deciderit, elixa ptisana magis quidē deterget, nullam autem aliam noxam accipit. Pessima est autem ptisanæ præparatio, cū ubi coci crudam ipsam in mortario cū aqua cōtuderint, deinde parumper coxerint, ἡνυκα ἡνυ σίγειον, id est, sapā inijciunt. Quidam autē cū his mel quoq; & cuminū inijciunt, cinnū quendā uerius q̄ ptisanam cōparantes. Verum quæ probe parata fuerit, utilitates, quas memorat Hippocrates, tū sanis, tū ægrotis hominibus præstabit, siquidem lentior eius, ut inquit, leuis, & cōtinuus, & blādus est, & lubricus, & humidus moderate, sitimq; arcet, & ad abluendum, siquid opus erit, est idoneus; neq; adstrictio nem habet, neq; tormina gignit, deniq; in uentriculo non exturgescit, si quidem inter coquēdum intumuit, quantum plurimum intumescere poterat. Hæc certe nobis in præsentia de ptisanæ facultate suffecerint, non medendi rationem tradentibus, sed alimētorum duntaxat uires explicantibus; quanquam in sermonis transcurso ipsorum usum quoq; attingimus.

De panibus hordeaceis.

Nunc certe ad hordeaceos panes trāsire fuerit tempestiuum, quos homines eodē, quo triticeos, modo parant; sunt autē non modo triti-

ceis, uerumetiam olyrinis, & multo adhuc magis cyphinis friabiliore, nihil in se lentoris, ut illi, habentes. Ex quo perspicuum est, q̄ exiguū corpori præbent alimentū, & potissimū si facti ex peiore hordeo fuerint, ex quo Hippocrates ne ptisanā quidem fieri uoluit. neq; enim, dum coquitur, succum copiosum ex seipso emittit. Laudatissimū autem est, quod candidum, ubi pinsitū est, apparet, nōnihilq; dēlitatis ac pōderis (quantū hordeo datum est) habet. Porro quod totū plenū est, & circumscriptionē externam habet tensam, melius eo est, quod gracile est ac rugosum. Verum id quidē seminum omnium cōmune tibi esto indicium; nisi forte aliquādo molem multo q̄ pro sua natura habeant maiore, sintq; molliora ac laxiora: scito em ea humiditatem habere superfluam, prædictisq; esse deteriora. Ob eamq; causam non cōuenit ijs post collectionē uti, sed ubi ea in locis siccis reposita fueris, diu ab eis abstinere, quō interea pars quidam humoris superflui exhalet, pars autē etiā coquatur, quoad siccata mediocriter contrahantur. Defluit em à plantis seminib; & fructibus, postq̄ collecta fuerint ac reposita, primū quidem quidquid in ipsis aquosum est ac tenue, post autem & nonnihil humidi naturalis. Cum em substantiam habet iusto sicciorē, sunt ijs deteriora, quæ ad summū bonæ habitudinis peruenierit, non tamē iam omnino sunt praua. Quinimo ijs affectibus, quos siccando corrigere oportet, sunt utiliora. Quæ autem diutissime fuerunt reposita, uires habent imbecilliores. Huius porro terminus sit, cū ab ipsis diuisis puluis quidā tenuis excidit. Hæc itaq; semel nunc dicta, in omnibus memoria teneto. Non enim libenter de ijsdē sæpe eadē repeto, nisi quando necesse uidetur, nudū dūtaxat caput memoriæ causa repetere. Ad panes autē hordeaceos, de quibus dicere institueramus, reuerfi dicamus, in ijs quoq; quāsdā esse differentias, illis, quas paulo ante in triticeis recēsuimus, respōdētes. Omnes nāq; triticeis multo minus alūt, qui tamē ex præstātissimo hordeo cōficiūtur, minus à triticeis in eo superant; qui uero ex laxo ac leui, panibus furfuraceis respōdent. Panes autē ex hordeo eiusmodi cū tissime per aluū subducūtur, qd̄ reliquis nō minimū accidit, si triticeis eos contuleris. Quæ porro inter hos mediæ panū hordeaceorū sunt præparationes, similes sunt ijs, quas in triticeis retulimus.

De polenta, quæ Græce ἄλφιον dicitur.

Ex recēti hordeo mediocriter frixo, laudatissima fit polēta: cuius si copia non sit, nōnunq; & ex alijs ipsam cōficimus. Cum autē polenta omis, quæ recte sit facta, boni sit odoris, ea est sua ueolentissima, quæ ex optimo ac recentī hordeo, & qd̄ aristam non admodū habeat siccā, est cōfecta. Compluribus autē per sanitatē mos est, eā sapā & uīno dulci mulsoq; cōmistis, nonnunq; sola etiā aqua cōspersam, effate duabus tribusue ante balneū horis bibere, aiuntq; sentire se hoc potu siti liberari. Si tamē cū uīno auftero fuerit epota, uentrē desiccatur. Polenta autē gentes quādā pro pane



pane utuntur: quod ego rusticos in Cypro facere A  
sum cōspicatus, tamen si frumenti plurimū me-  
tant. Veteres autem militibus etiam polentā prae-  
bebant. Romani tamen milites ipsius imbecillita-  
tem damnantes, ea non amplius nunc utuntur. Exi-  
guum enim corpori alimentum dat, priuatis qui-  
dem & omni exercitatioe abstinentibus, satis mul-  
tum: ijs autem qui quoquo modo exercentur, mi-  
nus q̄ sat est. Porro ex his humidis frixis fuit ma-  
za, de quibus deinceps differemus. Praesertim  
cum Philotimus in primo libro de Alimentis de  
ipsis copiosius disputans, quod in eis tamen erat  
utilissimum indeterminatum reliquerit.

De maza.

C Vt utiq; eduliorum vires potēs, uel ante cer-  
tam experientiam ex ipsius natura cōscere. B  
Etenim perspicacis ingenij uiro farina, quae plane  
tenuis est, & alba, & ab omni fursurea substantia  
pura, satis intelligitur, in uentriculo quoq; citius  
ac magis alterari, eoq; p̄buis cōcoqui, & facilius  
in corpus distribui, p̄optiusq; nutrire, ut quae to-  
ta corporibus alēdis assimilētur, atq; apponatur.  
Quod autē in ipsa fursureū est, ac durū, ut extrin-  
secus in aqua dissolui non cernitur; eadē ratione  
ne in uentriculo quidem madefactū dissoluūt, sed  
rotū, ut sumptū fuerat, indiuīdum permanet atq;  
inconfectū. Hoc igitur non potest nec probe con-  
coqui, nec distribui, propterea quod uenarum ori-  
ficij, quae ad uentriculū & intestina pertinet, nihil  
prorsus cōgruit, neq; illabitur: quas res necessario  
sequitur, tum ut maior stercoreis uis ex ipso acerue  
tur, tum ut citius subsideat, partim propter ipsius  
copiae pondus, partim etiā quod fursureū omne  
qualitatē habet deterforiā. Quae omnia si quis re-  
putet, intelliget, tantū mazam in alendo corpore  
ab hordeaceis panibus relinqui, quantū hi à triti-  
ceis relinquuntur: quippe cū hordeum initio sua-  
pte natura fursurē habeat non paucū, frixum iam  
eum ipsum habet, tum sicciorē, tum fractū ac cō-  
minutuū difficultiorem: siccior autē est id, quod hoc  
est pressantius, ex quo corpus sumebat alimentū.  
Quo fit, ut maza panibus hordeaceis acrius cō-  
quatur, magisq; uentriculum flatu impleat, in quo  
etiam, si diutius manserit, turbationē excitat. Citi-  
us autem subducitur, si cōmixta diutius fuerit, ac  
subacta. Quod si mel quoq; addatur, citius etiam  
ob id uentrem ad excretionem incitabit. Ceterū  
quod Philotimus opinatur, succum crassum, glu-  
tinosum, ac frigidū ex omni maza generari (quē  
ipse cū p̄ceptore suo Praxagora uitreū appellat)  
secus profecto habet: cum polenta neq; lentorem  
habeat, quod alicae inest maximē, nec multum nu-  
triat. At illū fessellit maza copiosior, ac diutius in  
uino dulci & sapa macerata: quam ipse, quēadmo-  
dum Athenienses *μαζα*, id est, trita appellauit.  
Quod em̄ in ea triticāe massae respōdet, ductile est,  
ac glutinosum, cū ob diuturnam macerationem,  
tum ob humoris polentē cōmixti crassitiem. Quē-  
admodū autem tritura multa cum crasso liquore,  
facit, ut trita farina, lenta appareat, etiā si ea ex mi-

lio sit: ad eundem modum succus ptisa ne appareat  
lentus: tamen si nihil in sese habeat glutinosum, ne-  
que emplasticum, sed contra deterforium, atq; in-  
cisorium: quod in cute nostra indicat, ipsius sordes  
eluens. Quod si paulo postquam cuiusdam forben-  
dam ipsam exhibueris, uomere ipsam feceris, p̄-  
tuitam quā in uentriculo continebatur, deterge-  
bit, & omnia uomitu simul cum ea eiciet.

De typha, olyra, & zeia.

M Nesitheus quidem typhas tertio loco post  
tritici & hordeum numerat: Diocles autē  
de ipsis tradit diligentius, compendiosum scribē-  
di genus diffusae accuratae explanationi p̄pō-  
nens. Eodē certe cōpendio de tritico, hordeo, a-  
lijsq; multis tradidit. Paulo autē de his Praxago-  
ras, ac Mnesitheus copiosius scripserūt: attamen  
ne ipsi quidē satisfaciūt. Philotimus uero de qui-  
busdā admodū copiose, de alijs autē egit ieiune:  
sunt & quorū ne meminit quidē, quēadmodum  
nec zeia, perspicuum autē est, q̄ nec p̄ceptor  
eius Praxagoras. Quandoquidē nec Philotimus  
nōn modo eorū quae ille scripsisset, nihil p̄termi-  
sit, sed pleraq; etiam perpoliuit, atq; adiūxit. Illud  
uero mirū uideri debet, q̄ ne is quidē, qui librum  
de ratione uictus composuit (qui Hippocrati est  
adscriptus) quisquis is uir antiquus fuerit, nomi-  
nis zeia mentionē unquā fecerit. Quod si typhas  
a nōnullis putabat appellari zeias, id ipsum signi-  
ficasse oportuit: uerū satius forte fuerit ipsorū uer-  
ba adscribere. Diocles ergo in primo libro de sa-  
nitate ad Plisarchum (in quo ciborum facultates  
explicat) sic scribit. Post hordeum autem ac triti-  
cum, facultatibus sequuntur omniū maxime oly-  
ra, typha, zeia, panicum, milium. In quibusdā  
autem exemplaribus zeia nomē omnino nō est.  
Quin & in quibusdā, non facultatibus, sed utili-  
tatibus scriptum est, hoc modo: Post hordeum ac  
tritici utilitatibus sequuntur omniū maxime  
olyra, typha, panicum, & milium, perinde ac si  
olyra semē esset a typha diuersum. Mnesitheus au-  
tem uno semine, duo nomina ait cōtinēti, scribēs  
ad hunc modum, Ex seminibus ad nutritionem  
sunt appositissima triticum & hordeum: quod au-  
tem haec deinceps sequitur, duplici quidem nomi-  
ne nuncupatur: eadem tamen res est, alijs enim ty-  
pham, alijs olyram nominant. deinceps ista adiū-  
git, Post haec autem sunt zeia, milium, & panicū.  
Diocli certe ea de typha et olyra scribere, quē mo-  
do adscripsi, satis uisum fuit. Mnesitheus uero p̄ar-  
ticulatim quoq; de ijs postea tractauit, primū qui-  
dem de tritico & hordeo, mox de typhis, scribēs  
his uerbis. Reliquorum uero seminum typha qui-  
dem est optima. nam & nutrit admodum, neq; ma-  
gno negotio conficitur. Panem autem ex zeia ne-  
mo assatim citra sanitatis dispendiū mādīt. Quod  
si quis ei panē non assuerit, etiam si minimū sum-  
pserit, agrotabit: est enim grauis & concoctū dis-  
ficilis. Qui uero regionem colunt uehementer fri-  
gidam, eo semine coguntur nutrirī, ipsumq; fere-  
re, q̄ frigoribus persistēne resistat. Atq; hi prin-  
cipio

cipio quidē paulatim edere assuescunt, tū quia in grati odoris est cibus, tū quia rarus est in eiusmodi regionibus frugū prouentus. Post autē, q̄ familia re sit edulsiū, accidit, ut facillime in corporibus cōficiatur. In summa autē statuere oportet, zeia grauem esse ac concoctū difficilem, firmā ac mēbranosam. Ex his Mnesitheus apertissime indicauit, cuiusmodi semē uocare uelit zeiam, quā in frigidis regionibus colitur. Equidē nec ipse regiones omnes hybernas peragrauit, nec ab alijs audiui, qui eas perlustrassent, semē aliquod esse frumētaceū, quod incolae zeiam, aut zeam appellarent; utroq; enim modo scriptū inuenitur, in alijs priore syllaba in *z* & *i*, in alijs autem in *t* tantum desinente. Credere tamen possum fieri potuisse, ut Graci semen id sic appellarent; barbari autē proprium ipsi nomen indiderint. Conspicatus autem in multis Thraciæ & Macedoniae agris non arista modo, sed & plantā totam nostrae typhæ in Asia simillimā, interrogauit, quodnā apud illos homines haberet nomen, qui mihi omnes responderunt, plantam totā & eius semen *βριζω* appellari, priore syllaba tribus his literis scripta, *βρι*: sequente, *ζ* & *ω*, in recto saltem casu; in accusatiuo autem cū litera *ν*. Ex hoc porro semine panis fit grauis odoris, & ater, mēbranosam, ut Mnesitheus scripsit, substantiā habens. Quod si nigrum quoq; panem (qui ex zeia fit) esse adscripsisset, facilius crederē id esse semen, quod ab eo zeia nominatur. Est itē in frigidissimis Bithyniæ locis semen quoddam, quod zeopyrum nominatur, prima syllaba *i* nō habente, ut apud Homerum habet, cum ait, Et zeia & triticum cū focūdo hordeo & albo. Ex eo autē panis fit præstantior, q̄ qui in Macedonia aut Thracia ex briza conficitur. Ac ferē quēadmodum nomē ipsum zeopyrum ex utroq; nomine, zeia scilicet & pyro, id est, tritico compositū: sic & substantia eius inter utrumq; media quoddammodo est, ut si ex utroq; esset cōmixta; proinde quanto tritico est deterius, tanto Thracia briza est præstantius. Porro urbium nomina, in quibus semen id prouenit, sunt Nicea, Prusa, Crasso polis, Claudiopolis, Heliopolis, & Doryle, qd̄ quidem extremū est Phrygiæ Asiaticæ oppidū: habet autem & Phrygia ipsa semē eiusmodi in agro proueniēs, quēadmodum & aliæ quædam urbes finitimæ. Videre autem est panē, qui ex hoc semine cōficitur, tanto eo, qui ex briza in Thracia & Macedonia fit, esse meliorē, quāto tritico est deterior. Meminit zeæ & Theophrastus libro septimo de plantis, sic scribens: Inter ea quæ tritico hordeoq; sunt similia, ut zeia, olyra, typha, aue na, & agilops, zeia est firmissima, copiosissimeq; fructificat, multiplicē altamq; radicē effundit, culmo multiplici & crasso assurgens: fructus autē est leuissimus, & cunctis animalibus admodū iucundus. Deinde subdit, Typha autē omnium est leuissima, nam calamū unicū, eumq; tenuem habet, quare solū gracilius, nec uti zeia pingue ac fertile, exposcit. Post hæc subiungit, Sunt autem hæc duo,

zeia scilicet & typha tritico simillima. Hæc quidē de zeia Theophrastus; Herodotus autem libro secundo ad uerbū hæc scribit: Tritico hordeoq; pleriq; uiscitant. Apud Aegyptios uero his in uictu uti, summū dedecus putatur: utūtur autē olyris, quas alij zeias cū *z* nominant. Dioscorides quoque in secundo de medica materia, hæc scribit: Zeiæ duplex est genus, quorū alterū simplex, alterum *Δικονκο* nominatur, quod semen duabus mēbranis conclusum gerat: nutrit autem hordeo ualētius, tū stomachū iuuat. Panis ex ea fit, qui minus tritico nutrit. Crimnon autē quod ex zeia & tritico fit, ratioe tritura farina est crassius, ex quo fit puls; nutrit abunde, & facile conficitur. Quod uero ex zeia fit, uentrē magis cohibet, potissimū si torrefacta prius fuerit. Præterea olyra cuiusdē cū zeia est generis, sed minus aliquanto nutrit: panis quoq; ex hac fit, & crimnon. Athera autem fit ex zeia trita tenuiter sub mola: sorbetur autē non secus ac liquida pultriciula, plerisq; est accommoda: in cataplasmatissq; ea utimur. Tragi semen, alicq; est quidē simile, nutrit autē multo minus q̄ zeia, qd̄ multum aceris habeat, ob id & concoctū est difficilior, & aluum magis mollit. De zeia igitur hæc sufficiant. Mnesitheum profecto iure quis demiretur, qd̄ discrimen inter olyram ac typham non nouerit. Vtrumq; enim in Asia est frequens, & potissimū in regione, quæ est supra Pergamū, adeo ut rustici ipsi panibus ex ipsis factis semper utantur, propterea qd̄ triticum omne in oppida cōportent. Olyrini sanē, si modo ex bona olyra fiant, post triticeos saltē sunt præstantissimi: secundū autem ab his sunt typhini. Quod si olyrini ex uitioso semine sint facti, typhini non erunt eis inferiores. Calidi uero panes ex laudatissima typha facti, olyrinis longe sunt præstantiores: asseruati uero deteriores seipsis equadunt. Cum enim massa illorū sit tenax ac ductilis, densatur maiorem in modum, & maxime cum negligēter parati fuerint, adeo ut qui panē huiusmodi, post unum aut duos dies, ac multo magis sequentes aliquot, comederit, putaturus sit lutum uentriculo suo inesse. At calidus adhuc cū est, ab ipsis etiā urbanis expetitur, ipsiq; cū caseo quodā mandūt, quem uernaculo nomine oxygalactinon appellat. Porro hunc quoq; tenerū esse oportet, & ipsum panē calorē clibani ad huc retinere. Qui certe in hunc modū est assatus, nō rusticis modo, sed urbanis quoq; hominibus in delicijs habetur. Qui uero triū quatuorue dierū est, uel ipsis rusticis mandis insuauius. Præterea concoctū est difficilior, ac tardius per aluū subducitur: quæ calido minime accidunt: qui tāetsi hordeaceo, quod ad deiectionem pertinet, multū relinquitur, non tamen in eo adeo, ut miliaceus esse uituperandus, Quinetiam corpus admodum, dū calidus est, nutrit, ut penē triticeo syncomisto par sit. Habet autem typhæ semē extrinsecus corticem ueluti olyra, & hordeum. uerum de corticatum, in panes congeritur, omninoq; usui accommodatur. Nam & ex aqua manditur elixum, haud aliter

aliter ac uocatus à rusticis apothermius, sapa, quā  
 alij *σιρρυ*, nos *εφυμα* uocamus, iniecia; nonnun-  
 quam etiam cū sale (quo modo me ipsum triticū  
 retuli comedisse) esitatur. Ex nobilissima autē oly-  
 ra, cum ut decet, fuerit decorticata, nominatū tra-  
 gum conficiunt: quo plerique utuntur primum in  
 aqua decoquentes, deinde ea effusa, sapa, aut ui-  
 num dulce, aut mulsū infundētes, superiniiciūt  
 & pineas nuces aqua pramaceratas, donec pluri-  
 mum intumuerint. Quidam autem semē hoc, ge-  
 nere quidem, non tamen specie cum olyris idem  
 esse affirmant. Sunt autem & alia permulta semi-  
 na prædictis quidē adsimilia, nō tamē eadē peni-  
 tus specie: quæ partim in hordei ac typhæ, partim  
 in typhæ olyracq; aut olyræ & tritici medio sunt.  
 loco: quædam uero ad olyræ, alia ad hordei aut  
 typhæ, alia ad triticū: ceu alia ad panicū, alia ad mil-  
 lij naturam proxime accedunt. quæ nomina ha-  
 bent alia simplicia, ut in Italia ex quo alicā faciūt:  
 alia composita, ut in Cappadocia quod uocatur  
*γυμνικειδον*, id est, hordeum nudū ac corticis ex-  
 pers, in Bithynia autem zeopyron. Verum satius  
 fuerit eiusmodi nominū ac sciminum disquisitio-  
 ne omissa, de omnibus communi quodam sermo-  
 ne tractare. Quæ igitur parua mole multam red-  
 dunt substantiā, eamq; crassam ac uiscidam, opti-  
 mi sunt succi, ac multi alimenti: non tamen facile  
 per alium secedunt. Quæ uero his sunt cōtraria,  
 mollem quidem ac laxam habent substantiā: par-  
 tes autem ipsorum iursureæ, citius quidem subdu-  
 cuntur, sed alunt minus. In ijs ipsis quæ graueo-  
 lentia sunt, & gustum quendam habent iniucun-  
 dum, perspicuum est, quod omnia & prauī succi  
 sunt, & coctū difficilia. Quod autem exigua molī  
 permultum insit substantiæ, tum ex pōdere cum  
 in statera appenduntur, tum ex farinæ copia co-  
 gnoscas, ea nanq; copiosa in ijs quæ cōpacta den-  
 sacq; sunt substantia, ab exigua mole redditur. Por-  
 rō caliditatis & frigiditatis discriminē ante quidem  
 quā edantur atq; intrō in corpus sumātur, cum  
 ex colore & gustu facile tibi erit colligere, tum  
 etiam ex usu, quem nobis foris applicata, adse-  
 runt. Postea autem quā esitata atq; intrō in cor-  
 pus sumpta fuerint, exactam sui dignotionem ac  
 sensum, dum in uentre sunt, ijs qui sumperint,  
 adferunt, quod calfaciant aut refrigerent, aut neu-  
 trum horum manifeste efficiāt. Quod uero ad co-  
 lorem naturalem attinet, in hordeis quidem &  
 olyris est albus, in triticis autem subflauus: typhæ  
 autem uel triticis sunt flauiores. Quin & harū cor-  
 pus coactum est ac densum: quod fortassis ad se-  
 minis paruitatem nonnihil adferit momenti. est  
 enim id tritico longe exilius. quanquam non de-  
 sint, qui ipsum quoque in tritici numero ponant:  
 uelintq; id semē esse, cuius Homerus meminit, cū  
 Hectorē equos suos alloquētem facit his uerbis:  
 Triticum enim uobis primū prædulce ferebā.  
 Aiunt enim typham paruū triticum esse, eamq;  
 equos sine noxa mādere: uerum autem triticum,  
 non sine noxa. Nec absurde certe typham quis tri-  
 ticum exile uocauerit, cum ei & colore & densita-  
 te & caliditate sit adsimilis.

De athena quæ bromus dicitur.

**H**oc semen in Asia est frequentissimum, &  
 potissimum in Mysia, quæ est supra Perga-  
 mum, ubi & typhæ & olyræ uberrimus est pro-  
 uentus: iumentorum autem est alimentum, non  
 hominum, nisi utiq; aliquando extrema fame ad  
 panes ex eo quoq; semine conficiendos, compel-  
 lantur. Citra famem autem, coctum ex aqua man-  
 ditur cum uino dulci, aut sapa, aut mulco, non ali-  
 ter quā typha. Calidum autē est admodum, nō  
 secus ac illa: quanquam non æque est durum: ex  
 quo minus quoq; corpus nutrit, & panis qui ex  
 eo fit, alioqui est insuauis, non tamen alium aut  
 sistit aut proritat, sed, quod ad id saltem pertinet,  
 mediū locum obtinet.

De millo & panico, quod elymon &  
 milinem uocant.

**H**is item in pane nonnunquā utuntur, urgen-  
 te dictarum frugū penuria: panis tamen qui  
 ex eis fit, exigui est alimenti, ac frigidus. Perspi-  
 cuumq; est, quod præaridus est ac friabilis, nihil  
 enim in se habet neq; lētoris, neque pinguedinis.  
 ture ergo alium humētem desiccet. Agricola autem  
 horum farinam coquentes, deinde adipē suil-  
 lum aut oleum miscētes esitant. porrō milium ad  
 omnia panico est præstantius, suauiusq; editur, fa-  
 cile concoquitur, uentrem minus sistit, magis nu-  
 trit. Nonnunquam autem rustici farinā ipsorum  
 lacti incoctam mandunt, non aliter quā triticū:  
 unde liquet, quod id edulium, ipsum per se sum-  
 ptum, tanto est præstantius, quanto lac utriusq; se-  
 minis naturæ ad boni succi procreationem, aliāq;  
 omnia excellit. Dico autē alia omnia, concoctio-  
 nem, uentris subductionē, distributionē, & ipsam  
 in edendo dulcedinem ac uoluptatem. Nihil em̄  
 suauitatis seminibus ijs inest, præsertim panico,  
 quod saltem in nostra Asia nascitur. nā apud alias  
 gentes, ut in Italia, multo melius prouenit.

De leguminibus.

**L**egumina appellāt, ea cerealīa semina, ex qui-  
 bus panis non fit, ut puta fabas, pisā, ciceras,  
 lentis, lupinos, oryzam, eruū, cicerculas, aracos,  
 cruilia, phaselos, fœnum græcum, lentē, & si qua  
 sunt similia. De quorum omnium facultate deinceps  
 tractabimus, ut cū ea nota fuerint, usus ipso-  
 rum minus sit noxijs.

De oryza.

**S**emine hoc omnes in sistenda aluo utuntur;  
 ipsum eodem modo, quo alicam, coquentes.  
 difficilīus tamen quam alica conficitur, & minus  
 alit, ceu utique & in edendi suauitate ab ea quā  
 plurimum relinquitur.

De lentibus.

**N**emo ex his panem facit: aridæ enim sunt,  
 ac friabiles: corticemq; habēt adstringentē:  
 & quæ ipso est uelut caro, crassī est succi ac ter-  
 rei, austeram qualitatem habens exiguam, cuius  
 cortex multæ est particeps. Succus porrō in ipsis  
 est, ut

est, ut ante retulimus, adstringenti contrarius. Quo-  
circa, si quis in aqua ipsas coxerit, & deinde aquā  
sale, aut garo, aut cū ipsis oleo condians sumple-  
rit, potus is aluum densat. At ex his decoctis lenti-  
bus, ad eum modum quem retulimus, lens appa-  
rata, facultatē habet succo contrariam, ut quæ uē-  
tris fluxus siccet, stomachum, intestina, & totum  
deniq; ventrem corroboret. Quamobrem coelia-  
cis & dysentericis, cibus est accommodus. Lens  
uero decorticata, ut illam adstringendi uehemen-  
tiam, & ea quæ ipsam cōsequuntur, amittit; ita ma-  
gis nutrit, quā quæ cortice spoliata non est, suc-  
cum crassum prauumq; gignit, tardeq; com-  
meat, non tamen alui fluxus desiccet, uti ea cui cortex  
nō est ademptus. Iure igitur, qui largius hoc edu-  
lio utuntur, elephantiam, quam uocant, & can-  
cros incurrunt. Siquidē crassa siccacq; cibaria suc-  
co melancholico generando sunt idonea. Quare  
his duntaxat, quibus aquea in carnibus est  
lens, in cibo utiliter præbet; ceu aridis & squa-  
lentibus, admodum damnoſe. Eandem ob cau-  
sam uisum integrum & inculpatū hebetat, ipsum  
immoderate exiccans; ei uero, qui contrariō mo-  
do se habet, confert. Menstruis autem purgationi-  
bus non est accommoda. crassum enim & tardi-  
fluum sanguinem reddit; at muliebris nuncupato  
profluuiū est utilissima. Cum autem ptisana in eo  
saltem contrariam ipsi habeat facultatem, ex am-  
borum mistione præstantissimum edulium com-  
ponitur, quod homines nostrates phacoptisanā  
nuncupant, utrunq; haud æquali portione miscē-  
tes, sed ptisanæ minus iniicientes, ut quæ in suc-  
cum uertatur, & in molem magnā attollatur; lens  
autem cocta, exiguum quendam tumorem asci-  
ſcat. Hoc tamen edulium eodem quo ptisana mo-  
do comparatur, præterquā quod satureia, aut pu-  
legium adiicitur: quō sit ut suauius simul & con-  
coctū facilius reddatur, cum ptisana illis minime  
gaudeat, sed solo anetho, porroq; sit cōtenta. Pes-  
time autem coci diuitibus lentem sapa adparant;  
quādoquidem lens haudquaquam in crassantium  
mitionem postulat, sed humidiorū potius, & quæ  
suam ipsius crassitiem incidunt. Cui uero sapa cō-  
miscetur, iecoris obstructiones solet gignere, ui-  
ſcerisq; huius ac lienis inflammationes inauget,  
nisi melle addito, melior fiat. Perspicuum autem  
est, quod & scirrosos uisceris utriusque affectus,  
exacerbat. Quod si suillam simul libeat coquere,  
ptisanæ quidem recētem, lentī autem sale iam diu  
conditam reperies accommodam; ceu utiq; quæ  
inter eas est media, quam *νεαλή*, id est, nuper sal-  
sam appellant, phacoptisanæ est accommoda, tū  
si suauitatem, tū etiam si coctionem spectes. Ma-  
gis tamen lens cum salis carnibus elisata, crassos  
humores augebit. Nam hæ quoq; sanguinē cras-  
sorem & melancholicum magis generant. Qua-  
propter non est his copiosius utendum, & maxi-  
me si cui corpus sit aut melancholicum; aut cras-  
so, aut (ut omnia complectar) prauo succo abun-  
det. Hæc eadem & de regionibus, anni tempori-

Galen.

bus, & aeris constitutionibus, in quib; edulio in-  
telligere oportet, ac autumno quidem melanco-  
licis cibis ac siccantibus abstinere, hyeme uero eis  
uti. Quemadmodum sanē æstate humectantibus  
& refrigerantibus; uere autem quod mediū sit tem-  
peramenti, mediæ facultatis cibos edere. Est por-  
rō mediorum non una species: quædā enim sunt  
huiusmodi, quod extremorū omnino sint exper-  
ta; quædam autem, ex amborum æque pollentiū  
mitione mediocritatem sunt adeptæ: quod paulo  
ante dixi, cum quis ptisanam lente commiscuerit.  
Sic & teutlophacem, quæ ex beta & lente mistis,  
ita nominat, Heraclides Tarētinus nō sanis mo-  
do, uerum etiam ægotantibus exhibebat. Est enī  
id edulium medium ex pugnantibus compositū,  
in quo beta quidem minus subsidet; lens autē ma-  
gis subducitur. Perspicuum autem est, qd succus  
teutlophaces, qui in corpus distribuitur, ex ambo-  
rū facultate, lentis uidelicet ac betæ, est mistus.

De fabis.

Fabarum quoq; usus est multiplex, quippe ex  
his conficitur & liquida in ollis puls (Græci  
*εἰς τὴν* uocāt) & spissa in patinis. Tertius præterea  
ipsam præparandi est modus, qui fit cum ptisana.  
Plurimo sanē hoc edulio gladiatores quotidie apud  
nos utuntur, corporis habitum carne nō den-  
sa nec constricta (cuiusmodi est suilla) implentes,  
sed quodammodo fungosiore. Flatulentus est is  
cibus, etiam si coctus diutissime fuerit, ac quouis  
modo paratus, cum tamen ptisana tempore quo  
coquitur, flatum omnē deponat. Qui autem ani-  
mum attēdunt, eosq; affectus, qui cibos singulos  
manent, animo adsequuntur, sentiunt in toto cor-  
pore uelut à spiritu flatulento tensionem quandā,  
potissimum si quis huic cibo non est assuetus, aut  
ipsum non belle percoctum sumperit. Habent au-  
tem fabæ substantiam, non densam nec grauem,  
sed fungosam ac leuē: quæ uim quādam, quomo-  
do ptisana, habet detergendi. Apparet enī per spi-  
cūe ipsarū farina, sordes à cute detergere; qd man-  
gonēs ac mulieres intelligentes, in balneis quoti-  
die fabarum farina utūtur, quemadmodum alij ni-  
tro, atq; aphronitro, & in summa detergentibus.  
Hæc præterea & faciem inungunt, quemadmo-  
dum ptisana. tollit enim lentes, quæ in summa cu-  
te apparent, & quam uocāt *εἰς αὐτὴν*. Ob quam sa-  
nē facultatem uentrem non cunctanter permeat,  
ut quæ crassi sunt succi ac lenti, quæq; nullam de-  
tergendi habent facultatem, cuiusmodi esse dixi-  
mus alicam, tragum, similaginé, & amyllum. Cū  
autem fabarū puls sit flatulenta, multo adhuc ma-  
gis erunt flatulentæ, si quis integris ipsis coctis u-  
tatur. Si tamen fixæ fuerint (quidā enim hoc mo-  
do tragematum uice utuntur) flatum quidem de-  
ponunt, sed cōcoctū sunt difficillimā, tardeq; præ-  
tereunt, & crassi succi alimentum corpori exhi-  
bent. Quod si uirides, prius quam maturæ sint, at  
quæ exiccata, edantur: idem eis accidit, quod fru-  
ctibus omnibus, quos ante perfectam maturita-  
tem mandimus, humidius scilicet alimentum cor-

Tom. 2

b pori præ

pori præbebūt: ob idq; excrementosius, nō in inte-  
stinis modo, sed in toto etiā habitu. Merito igit fa-  
bæ eiusmodi minus quidē nutritū, sed promptius  
deijciunt. Pleriq; autē hominū nō crudas modo  
fabas uirides comedūt, uerū etiā cū suilla eas co-  
quūt, ueluti olera: ruri uero, cū caprina & ouilla.  
Alij fabas inflare sentiētes, cepas admiscēt, cum  
pultē in patinis ex ipsis struunt. Sunt q; cepas cru-  
das nec simul elixas cū ipsa mandant. Quicquid  
em̄ omnibus cibarijs inest flatulentum: id per calfa-  
ciētia & tenuātia corrigitur. De faba ægyptia.

**F**aba Aegyptia, sicuti nostrā magnitudine lō-  
ge superat, ita et naturā habet humidiorē, ma-  
gisq; excrementitiā. Quod si memoria tenes, q; de  
eiusdē generis quidē leguminib; uerū tēperamen-  
to humidioribus, et ob id magis q; prædicta, in cō-  
coctiōe, excretiōe, distributiōe, et nutritiōe excre-  
mentosis, nō est q; plura nūc de hac faba audire de-  
sideres. cū possis ex ijs, q; de ea quæ apud nos est,  
didicisti, ad illam transire. De pisīs.

**P**isa tota substantia cū fabis quādā habēt simili-  
tudinē, eodēq; cū fabis modo sumuntur. His  
duabus tamē rebus ab eis discrepāt, tū quod non  
æque ac fabæ sunt flatulētia, tū etiā quod detergē-  
di facultatē nō habent: ideoq; segnius q; illæ per  
aluum fecedunt. De ciceribus.

**N**on admodū cōsuetū est urbanis hominib;  
ex cicerib; pultē cōficere: à rusticis uero nō  
nunq; uidī parari: quæadmodū & ipsorū farinā cū  
lacte elixari. Nō em̄ ut fabæ & pisa, possunt cōmi-  
nuī, ut ex ipso fracto pulmentū, qd' *εργυρος* dici-  
fiat. Apud multas autē gentes mos est cicera in a-  
qua elixa mādere: nōnulli uero nuda ipsa sola, ali-  
j sale modico cōditiētes elixāt: nōstrates uero ex sic-  
cis cascis quiddā farinæ simile faciētes, id ipsis a-  
spargunt. Est autē cicer edulitū nō minus q; faba  
flatulentū, sed ualētius nutrit q; illa. Ad uenerem  
autē incitat: creditūq; etiā est semē generare: unde  
quiddā equis admissarijs ipsum exhibēt. Inest præ-  
rea cicerib; facultas abstergendī maior, q; fabis: a-  
deo ut quiddā ex ipsis, calculos in renib; cōstantes,  
manifeste cōminuāt. nigra autē sūt ea atq; exigua,  
in Bithynia maxime pueniētia, arietinaq; ipsa nū  
cupant. Satiū autē est succū ipsorū in aqua coctū  
bibere. Vtunt autē homines & cicerib; adhuc ui-  
rentib; anteq; sint matura, quomodo & fabis. Nu-  
per autē, cū de fabis ageremus, sermonē fecimus,  
omnibus immaturis fructibus cōmunē. Eadē por-  
rō & de frixis ciceribus audiuisse existima, quæ de  
fabis frixis diximus. Quandoquidē frixa omnia,  
flatū quidē deponūt: uerū difficilius coquuntur, &  
uētrē magis sūt, crassiorisq; succi alimentū cor-  
pori exhibent. De lupinis.

**H**oc quoq; semē *πλύνθος*, id est, frequētis  
usus esse nouimus, secundū alteram eius uo-  
cabuli *πλύνθος* significationē: quādoquidē rem  
aliquā ita appellāt, tū quæ multis corporis affecti-  
bus cōuenit, tū quæ omnibus, aut plurimis homini-  
bus est in usu: etiā si utrdi ipsa omnibus unica sit  
necessitas. Secundū igit hanc secūdā significatio

nē, lupinus legumē est multi usus. Elixus em̄, de-  
inde in aqua dulci maceratus rātipser, donec in ea  
omnē sibi ingentā exuerit insuauitatē, ita demū  
māditur cum garo, ac oxygaro, uel etiā sine his, sa-  
le mediocri cōditus, nō quo modo hordeū, et alia  
q; uarie apparant. Lupini dura ac terrestres est sub-  
stātia, quocirca ipse cōcoctū sit difficilis, suētūq;  
crassū gignat est necesse: ex quo nō pbe in uenis  
cōfectio, crudus pprie appellatus succus a ceruā.  
Ceterū cū inter parandū quicquid habuit amari-  
tudinis, deponat, *πὸς ἀπολοις*, id ē, qualitatis, q; sen-  
su deprehēdat, expertibus similis euadit. Par igit  
est, ipsū neq; ad deiectionē, neq; ut adstringentia,  
ad fluētis uentris cohibitionē esse accōmodū, sed  
tarde descendere, & difficulter deijci, ac pertrāsire.  
Quādoquidē medici cibos eius generis sic appel-  
lāt, qui nullā eminentē habēt qualitātē, q; alui ad  
excernēdū incitat, aut ipsū excernere phibeat. Il-  
læ quidē qualitates alimētis insūt, nō tanq; alimē-  
tis, sed tanq; medicamētis. Quæ uero nullā eius-  
modi qualitātē habēt manifestā, à medicis quidē  
iure *ἀπολοις* appellant: secundū autē differētiā, quæ  
in humiditate [ & siccitate, crassitie ] ac lēto-  
re spe-  
ctat, accidit ipsis, ut tarde aut celeriter trāsēāt, aut  
medio modo inter hæc duo se habeāt: humidis q;  
dē ac lubricis, ut celeriter: duris autē & siccis, ueluti  
lupino, tarde trāsēāt. Quæ uero in memoratis dif-  
ferētijs mediū inter hæc locū obtinent, nec celerita-  
tē insignē, nec tarditatē in deijciēdo efficiūt. Hæc  
ergo quæadmodū de omnibus cōmuniter, & hæc  
nosse oportet, q; oīa scilicet, q; cōsistētiā sūt humi-  
diora, exiguū corpori dāt alimētū, qd' celeriter in  
halitū exhaurit ac digerit: ut rursus alio nō multo  
post sit opus. Cōtra dura & terrestria, pdurabile,  
copiosū, & qd' egre digerāt, corpori dāt alimētū.  
Quod si glutinis q; nōnihil habeant, multo hæc  
oīa euidentius efficiēt. Cōstat itē hæc nō facile cō-  
coqui, ceu utiq; nō facile in sanguinē uerti, nec so-  
lidis aialis partib; assimilari: qd' si ita est, nec celeri-  
ter nutrit, cū tamē uicta fuerint, alimentū corpo-  
ri dant copiosum. De fœno græco.

**S**emen hoc nō *πῆλος* modo, sed & *βόσκας*, i.  
Sbouis cornu, à nōnullis autē *ἀγρίκος*, i. ca-  
præ cornu appellāt. Inter manifeste calfaciētia cē-  
set, eundēq; hominib; in cibo usū pstat, quē lupi-  
ni. Sumit em̄ ipsū cū garo, alui subducēde gratia: *† Legendum  
forte præp-  
niatur*  
estq; huic rei multo q; lupini accōmodatius, cū ni-  
hil ex ppria substantia habeat, qd' trāsire remoret.  
Mandit autē & cū aceto & garo, sicut lupini. Mul-  
ti præterea & fœnū græcū & lupinos, ex uīno, ga-  
ro, & oleo sumūt: ali-  
j etiā panē addūt, eod; oblo-  
nio sunt cōtenti, quod ut uentrē minus subducatur,  
caput certe (cei nōnullis fœnū græcū ex garo, fa-  
cere solet) nō ferit. Præterea stomachū nō subuer-  
tit: nā id q; fœnum græcū in quibuldā efficit. Ad  
eundē aut modū quiddā phaselis & eruialis in cibo  
utunt, de quibus mox cōmunem omniū eiusmo-  
di sermonē adscribā. Vescuntur autem nonnulli  
fœno græco prius q; planta ipsius, semē produxe-  
rit, aceto ac garo intingentes: quidam autē oleum  
adfunden-

adfundentes, eo obsonij uice cum pane utuntur: A sunt qui cū aceto quoq; & garo ipsum mandunt. Caput autem, hoc quoq; sumptum copiosius, ferit: quod facit impenius, si quis ipsum sine pane sumplerit: quibusdam item stomachum subuertit. Succus autē elixi foeni græci cū melle sumptus, ad omnes prauos humores, qui in intestinis habentur, subducendos est accommodus: suo quidem lentore leniens, calore autem dolorem mitigans. Quod autem absterforiæ facultatis quoq; sit pariticeps, intestina etiam ad excretionē infligat: sed parcius mel ei est admiscēdū, ne mordacitas exuperet. In diuturnis uero thoracis citra febrē affectibus, pingues cum eo palmulas elixare quidem oportet: ubi autem succum ipsum expressum, copioso melli miscueris, ac rursum super carbonēs ad mediocrem crassitiem coxeris, tum demū longē ante cibum uti.

De phaselis & cruiala, quam *ῥγορ* appellāt.

Hæc quoq; semina homines, quo modo & scænum græcum, prius in aqua, quoad radicem producerint, macerantes, uentris subducēdi gratia mandunt ante alios cibos, garo intingētes. Succum autē, cū coctus est, atq; in corpus distributus, habent copiosioris alimenti, q̄ scænū græcum. Atq; in Alexandria iuuenē quendā noui artri medicæ deditum, qui per annos quatuor singulis diebus solis his pro obsonio utebat, phaselos dico, scænum græcum, cruialam, & lupinos. Attigit autem interdū & oliuas ex Memphis, & olea, & paucos fructus, eos, qui citra coctionē manduntur. Propositum enim ei erat, ignem nunquā accendere. Omnibus certe illis annis sanus fuit, nec ulla in re habitu corporis fuit deteriore, q̄ ab initio. Mandebat autem fructus huiusmodi cū garo scilicet, oleum aliquādo solum ei adijciens, nonnunquā etiam uinū, alias acetum, interdū uero salem tantum, sicut & lupinos. At de salubris quidem uictus ratione in libris de tuenda sanitate copiose tractauimus: tractabimus autē postea etiā summam in hoc opere. Nunc autem ijs quæ de eruialis ac phaselis dicta sunt, id quoq; addā: hæc edulia medium quodāmodo locū obtinere inter ea, quæ succum bonum & prauum generāt, inter cōcoctū faciliā & difficiliā, rarē & celeriter trāsēuntia, flatulenta & flatu expertia, parum & multum nutrientia. Nullam enim effectricem habent qualitatem instar quorundam, quæ acres, aut austeros [aut acerbos] aut salios, aut amaros, aut dulces habent sapes.

De cicercula.

Cicercula substantia quidem eruialis & phaselis est adsimilis. Utuntur autem his plurimum in nostra Asia rustici, & potissimū in Mylia & Phrygia, non modo quemadmodū in Alexandria & alijs pleriq; urbibus eruialis & phaselis, sed etiā ut phacopissanam parātes. Succū autem habent phaselis & eruialis, facultatibus quidē cōsimilem, sed cōsistentia crassiorē, ob eamq; ipsam causam plus aliquanto, quā illa nutriunt.

Galen.

De aracis.

Postremam nominis aracorum syllabam scriptā per c in Aristophanis Holcadibus inuenimus, ubi inquit, Aracos, triticum, ptisanā, aliam, zetam, lolium, similagīnē. Semen hoc cicerculæ semini est adsimile, fueruntq; nonnulli qui putarunt ipsum non esse generis à cicercula diuersi, quādoquidem & ulus ipsius omnis & facultas cicerculæ facultati est adsimilis, nisi quod araci sunt duriores, minusq; facile elixantur. quæ causa etiam est, cur cicerculis cōcoctū sint difficiliores. Apud nos autem syluestre quoddam rotundū ac durum, eruoq; exilius, in fructibus cerealibus reperiunt, quod arachum nominant, non per c, sed per ch ultimam syllabam proferentes, proijciunt, ipsum, uti & semen securidacæ, seligentes.

De dolichis.

Dolichorū nomen à Diocle quidem scriptū est, unā cum aliorū quoq; seminū nos alienitium nominibus. Scriptum autē etiā est in libro Hippocratis de ratione uictus, cuius etiā libri antea abunde memini. Existimo autem ipsos sic appellare semen plantæ hortensis, quam nūc uulgo numero multitudinis bisariam nomināt; quidam enim *λεβός*, id est, siliquas, alij *φασόλας* nuncupant, uocem ipsam quatuor syllabis proferentes, eoq; modo nomē diuersum ab eo quod tribus syllabis pronuntiatur *φασόλας* scilicet, efficientes. Sunt qui phaselum eundem cum cicercula esse dicant: alij ipsius speciem. Quod tamē ad dolichos attinet, coniectare quis possit, eos nominari plantas has hortēscas, uel ex ijs, quæ Theophrastus in octauo de plantarum historia scripsit ad hunc modum: Et alij quidem caulis est erectus, ut tritico, hordeo, & omnino frumentaceis atq; æstiuis; alij autem tendens in latus potius, ut ciceri, eruo, lentici; alij humi procidēs, ut cruialæ, pīso, cicerculæ. Dolichus uero, si ligna longa adfixeris, ascendet & frugifer fiet, alioqui uitiolus atque æruginosus reddetur. Ex eo autē, quod ligna longa iubet adfigi, affirmatq; nisi id fiat, æruginosos ipsos reddi, possit quis coniectare ipsum uerba facere de ijs quos nunc phascelos, seu siliquas appellant. Ipse autem siliquas id appellat, quod semen eorū leguminum, cuiusmodi est lens, eruum, pisum, faba, ac lupinus, continet. Quemadmodum enim frumēntacea semina, spicis: ita memorata iam, siliquis cōtinentur: atq; ipsos quidem dolichos, siliquæ continent; ob eamq; opinor causam, fructum totum uulgo, nunc siliquas nominant; quo modo totos frumentaceos fructus, spicas. Non me fugit alia quoq; multa esse, quibus homines multum utuntur, quæ generis totius nomen sibi adsumpserint, ut calamus quo scribimus, & atramentū. In libro autem de ratione uictus, Hippocrates scriptū sic reliquit, Pīsa minus quidem inflāt, sed magis per alium secedunt: eruiole autem & dolichi ijs qui dem secedunt celerius: uerū minus sunt flatulentia, & nutriunt affluētius. Cum enim Hippocrates his uerbis pīsa fabis comparet, quarum prius

Tom. 2

b

2

ut cibi

ut cibi flatulenti meminerat: deinde eruulas & dolichos ascribat: in eo significat, dolichon eiusdem esse generis cū prædictis seminibus, & potissimū cum eruulis. Verum cum nullam prorsus cicerulæ, aut phaselii mentionem fecerit, suspicari quodammodo possumus, illorum seminū quoddam licere appellare dolichon. Quod si quis phaselos quoque in cicerularū genere reponat: negare saltem non poterit, quin cicerulæ in prædicta oratione dolichi appellari queant. Nam & Diocles in leguminū catalogo, ut fabas primas recensuit, mox pisā, deinceps ad uerbum sic scribit, Dolichi uero non minus quā pisā nutriunt: præterea flatu similiter carent: quod uero ad suauitatem pertinet, ac deiectionem, uincuntur. Verum is quoque deinceps eruialæ quidem, & lentis, & ciceris, & orobi mentionem faciens, cicerulæ autē nomen prætermittens, eandem præbet dubitationem. Dicere tamen quis possit, omnia hæc eruialas, cicerulas, phaselos, unum esse genus, uerum pluribus nominibus appellari, ut *λοινα* & *σύνδυ* [nā utrūque nomen columnam significat: fortasse autem propter quasdam differentias, quæ in ipsis apparent. Veruntamen quod dolichi non minus pisīs nutriant, tum quod æque ac pisā flatu careant, indicio esse debet, Diocle dolichos appellasse, quos nūc phaselos nominant. Siquidem cicerula nō magis quā pisā flatu carent, quæadmodum nec eruiala, nec phaselus: siue hæc, ut dixi, unū genus: siue unius generis sint differentia. Philotimus autem & Praxagoras nullius ciborū huiusmodi meminere, nisi fabarum duntaxat, & pisorū: quæ obrem nihil ex illis, quidnam dolichorum nomine significetur, possumus colligere. Itaque uocet quisque, quo libeat nomine, quos nunc uulgo phaselos & siliquas appellant, dū sciat ea talem obtinere facultatem cuiusmodi Diocles dolichis attribuit. Ad cuius sententiā Hippocrates in libro de ratione uictus propè accedit, cum inquit eruialas & dolichos facilius deijci quā pisā, ac minus inflare: præterea alere ipsos testatur. nam ita res habet, nisi quod integros & etiamnum uirides unā cum suis siliquis ex oleo & garo, ut plurimū homines mandunt, nonnulli autem uinū etiam adijciunt. Sed eos, ut pisā non reponunt, propter humiditatem copiosiorē: cuius occasione solent corrumpi. Quod si quis eos quoque secure uelit reponere, sicuti pater meus faciebat, sic care ipsos penitus, oportet. Sic enim hyeme tota manet impures & incorrupti, eundem nobis usum, quem pisā præstantes. Quidam meorum amicorum Romanæ agēs, mihi narrauit in Caria in patria sua quā Ceramum appellabat, in agris dolichos nō aliter quā alia legumina seri, figuramque eos habere cicerulis longiorem.

De orobo, id est eruo.

**B**oves tū apud nos, tū apud alias plerasque gentes, eruum prius in aqua dulcoratū pascuntur: homines uero ab hoc semine prorsus abstinent. Est enim insuauissimum, & prauī succi. In

magna tamen fame, quæadmodum & Hippocrates quoque scripsit, necessitate coacti, ad ipsum nōnunquam accedunt. Nos uero ad eundem modū quo lupinos præparantes, orobis cū melle utimur ceu medicamentis crassas thoracis ac pulmonis humores expurgantibus. Porro inter orobos, albi minus sunt medicamentosi ijs, qui ad flauitiē aut pallorem recedunt. Qui uero cocti bis fuerint & in aqua identidem dulcorati, insuauitatē quidem deponunt, sed unā etiā cum ea abstergendi & incidendi facultatē, ut sola in eo relinquatur terrestris substantia, quæ substantia alimentum fit, quod citra insignem amarorē desiccandi uim habet.

De sesamo & erisimo.

**S**esami semen pingue est, ideoque repositum celerime fit oleosum: quamobrem eos, qui ipso uelcuntur, celeriter implet: stomachumque subuertit, ac tarde cōcoquitur, pingueque corpori præbet alimentum. Liqueat ergo quod uentriculi partibus uigorē ac robur addere nequit, quæadmodū neque aliud quoduis pingue. Est autē crassī succi, ideoque non propere peruatit. Ipso autem solo non admodum uelcuntur, sed cum melle crudo, quas uulgo *μοσχοιδας* uocant, effingentes. Panibus etiam inspergitur, porro quemadmodum milio panicum (quod etiam *μεινλω* diximus appellari) ad simile quidem quodammodo est, uerum undequaque deterius: ad eundem modum & sesamo erysimū corporis substantia quodam pacto est affine, sed in cibo est insuauius, corporique alimentū parcius exhibet, prædictoque omnino est deterius. Caterum utrunque temperamento est calidum, ob eamque causam sitim etiam excitant.

De papaueris semine.

**S**atiui papaueris semē panibus utiliter ceu cōdimentū inspergitur, non secus ac sesamum: uerum album nigro præstat. Refrigerandi autem habet facultatē, ideoque somniferū etiā est. Quod si sumptum liberalius fuerit, nō somnum modo, sed soporē etiam (quem Græci cataphoran nominant) inducet, atque concoquetur. Inhibet præterea, quæ ex thorace ac pulmone tussī expuuntur. Confert uero ijs, qui catarrhis fluxu tenui à capite defluentibus instantur. Corpori autē nullum commemorabile præstat alimentum.

De lini semine, quod etiam composito nomine linospermon dicitur.

**N**onnulli frixo quidē ipso ut obsonio cū garo, nō secus ac factitio sale utuntur: utitur autē & melli permiscetes: quidā panibus quoque ipsū aspergunt. Stomacho autē noxiū est, & coctū difficile, exiguumque alimentū corpori exhibet. Quod uero ad uetris deiectionē pertinet, ipsum nec probaueris, nec uituperaueris: exiguā tamen mouendæ urinæ habet facultatem, quæ magis apparet, cū frixum sumitur. Tunc autem aluum quoque magis fistit. Rustici autem homines eo utuntur sæpe numero, frixo tuloque mel admiscentes.

De ormino.

**H**oc quoque frixo utuntur, deinde eatenus lauiant,



uigant, ut farina euadat, mel quoq; ei admiscant. Parū in seipso habet alimentū, ut quod mediā inter erysimum & cuminum sit naturā.

#### De cannabis semine.

**N**on quēadmodum planta ipsa cannabis, uiti tici quodammodo est similis, ita semen semini facultate est simile, sed plurimū ab eo dissidet, ut quod concoctū est difficile, stomachoq; ac capiti noceat, parūq; sit succi. Sunt tamē, qui eo quoque fixo cū alijs tragematibus uescantur. Tragemata autem uoco ea, quę post coenam, uoluptatis inter bibendū excitandę gratia manduntur. Mulsum autem calefacit, ideoq; sumptum paulo largius, caput ferit, uaporē sursum ad ipsum mittens calidum simul ac medicamentosum.

#### De uiticis semine.

**I**d semen etiam ipsum per se fixum manditur, crediturq; appetitus uenereos inhibere; alimen tum autem corpori prębet exiguum, idq; siccans ac refrigerans; flatus autem ualde dissipat, quorū omnium occasione, ijs, qui a uenere puros se seruare uolunt, est accommodum; unde & nomen casti aiunt ipsi fuisse impositum. Ceterum caput non ferit, quo modo cannabis.

#### De aphace & uicia.

**H**orum seminum figura non est rotunda, ueluti fabarum, sed aliquanto latior, quo modo lentium. Hęc quoq; cū ipsis siliquis atq; inter gra planta rustici reponunt, ut brutis pecudibus sint pabulo. Per famem tamē, quosdam noui, qui hęc quoq; comederint, potissimū uere, cū etiam num uirent, quēadmodum fabas, & cicera elitare consueuerunt. Sunt autem nō insatiā modo, sed concoctū etiam difficilia, aliumq; inhibent. Perspicuum ergo est, qd cum natura sint eiusmodi, alimentū, quod ex ipsis distribuit, habent haudquāquā boni succi, sed crassum, atq; ad succū melancholicum gignendum, idoneū; ceu prius de lente diximus. Verum illi quidē multa bona insunt, his autē nihil bonorum illis adest. Ceterū uicię nomen apud nos quidem est tritici, eoq; solo nomina tur: Attici uero σάπωνος aut fabā appellant.

De seminibus alienigenis, quę in quoq; genere permista reperiuntur.

**I**n tritico quidem frequens lolium sępe inuenitur; in hordeis uero reperitur, sed paucum: quā autem ægilopem appellant, ea in hordeis frequē inuenitur, cum prima generatio uel incrementū ipsis non recte successerit. Porro pater meus atate iam declinante cū agricultura delectaretur, triticum, ac hordeū aliquando seminauit, omnibus diuersi generis seminibus, quę ipsis erāt admista, diligenter selectis, quo certo cognosceret, nū ex ipsorum mutatione lolium & ægilops nascerentur, an propriam hęc quoq; semina naturā haberent. Cum autē forte unā cum puris seminibus in tritico quidem frequens lolium, in hordeo autē parum, sed magnam ægilops uim enatam conspiceret in alijs quoq; seminibus iidem experiri est aggressus. Reperit igitur in lente quoq; ex muta

Galen.

atione ipsius durū rotundumq; ararum, & secturum, semina non uesca enata; pręterea aparinen, quę non modo non esculenta est, sed plantę lentis dum assurgit, undiq; implexa ipsam strāgulat, ac suffocat, & detrahit, non aliter q̃ eruangina eruum, perniciosissima igitur sunt hęc semina. Melampyron autē nuncupatum, ex tritici quoq; mutatione generatur, sed prauitate q̃ plurimum a lolio relinquitur. Deprehendit autem alia quoq; semina similiter immutari. Proinde ijs, qui seminibus ijs salubriter uti uellent, pręcepit, omne quod prauum esset, seligerent, neq; id pro nihilo ducerēt, ut pistores, qui populo publice inseruiūt. Et enim cum anni constitutio praua aliquādo fuisset, lolium astatim tritico innasci contigit; quod cum neq; agricolę accommodatis ad eam rem cribris, exacte purgassent, neq; pistores, quod paucus esset tritici proventus, statim quidem multis caput dolere coepit; ineunte uero æstate, in cute multorum, qui comederant, ulcera, aut aliud quoddam symptoma, quod succorū prauitatem indicaret, est subnatum. Non igitur oportet nos, in purgandis seminibus, quę ad esum comparantur, esse negligentes; persuasos, etiam si noxā, quę quotidie fit, ob exiguitatem sensu non percipimus, quod tamen longo tempore ex ipsa aceriatur, tandem erupturum.

## GALENI DE ALIMENTA

### TORVM FACVLTATIBVS

#### liber secundus

#### MARTINO GREGORIO

#### INTERPRETE.

**V**m a plantis & animalib. sumamus alimenta, qui autem ante me fuerunt omnes, in ijs quę de alimentis scripserunt, a cerealibus nuncupatis seminibus initium sumpserint, propterea quod panum esus inter ipsa est utilissimus; ob eā causam, ego quoq; de tritico, hordeo, trypa, olyra; ad hęc de ijs quę legumina ac chedropa appellant primo libro tractaui. Deinceps autem hoc libro ad alia alimenta quę a plantis; post autem ad ea, quę inter illa, quę ab animalibus sumuntur, hominibus sunt utiliora, est transeundum. Nam id æquum mihi esse uidetur; fueruntq; nonnulli, qui haudquaq; omnibus congeneribus prius explicatis, neq; alimentis omnibus, quę a plantis sumuntur, post cerealia semina, subditis, de illis prius semper tractarūt, quę maiore hominibus adferūt utilitatē. Suilla certe, & hęcina, & caprina, & uitulina, & bubula, & ouilla, & his nihilominus, quę uenatores in montibus aucupantur, magnū usum pręstare hominibus cernunt, quēadmodū certe & uolucra pleraq; & aquatilia. Verū cum reputassem genera omnia uno libro cōprehendi non posse, nihil magnopere interesse sum arbitrat, ex ijs alimentis, quę prędictis supersunt; in secundo quidē uolumine, quę a plantis; in tertio



autem, quæ ab animalibus sumuntur, persequi. Licet enim cuius qui opusculum (in quo alimentorum facultates, quibus maxime uti uelit, sunt traditæ) ad manus habebit, nunc primum, nunc secundum, tertiumue librum euoluere. Ut igitur sermo omnis de plantis primis duobus libris absoluat, ad ea quæ dictis ante supersunt, aggrediens, hinc auspicabor. Omnia edulia, quæ primo libro fuerunt memorata, plantarum erant semina: nunc uero à fructibus exordiens, in primis à seminibus eos distinguam, eo magis, quod plerique crediderunt nihil interesse, siue semen dicas, siue fructum. Quæ igitur semina modo retulimus, exiguum quiddam à fructibus discrepant: ab his uero, quæ nunc memoramus, non mediocriter dissident. Etenim fici fructus, sunt ipsæ ficus: quod uero in ipso est *λεγγυς* Græcis dictum, semen est fici: sicut & acinus, totius uitæ est fructus: solum autem *γυγαριον*, uitæ est semine. Pari modo & piri & mali fructus est, piri ac mali: semen autem, tria aut quatuor grana, quæ in ipsis medijs habentur. Quid iam loquar de cucurbitis, & cucumeribus, & his ipsis maturis, aut immaturis: aut quid reliqua huiusmodi omnia commemorem? quamplurimum enim totius fructus à semine discrepat. Cæterum in fabis, lupinis, dolichis, lente, & alijs id genus seminibus, quæ siliquis obuoluuntur, quod quid ex siliqua semineque est compositum, est fructus: plurima tamē substantiæ pars in seminibus inest. Porro aliorum propemodum omnium, quæ primo libro memorauimus, semen solum manditur: solius autem dolichis, dum adhuc uirescit, fructus integer estur: ubi enim exaruerunt siliquæ, quæ semina ipsa continent, hominibus sunt inutiles: fabarum autē uiridium siliqua non est esculenta, quæadmodum neque cicoris, neque aliorum quæ Theophrastus uocare solet elloba, id est siliquata. iure igitur dixi uulgo lobos, id est, siliquas nominari, quos nonnulli phaseolos nuncupant: quod sola ipsorum siliqua sit uelut. Verum de ipsorum quidem facultate prius diximus: uelut etiam quod ueterum nonnullos ex illis phaseolorum nomine dolichos comprehendisse. Cæterum plantarum fructus ab arboribus sumuntur, & oleribus hortensibus, inter quæ quidam medicorum pepones, melopepones, & cucurbitas recensent: à quibus hoc libro docere incipiam.

De fructibus fugacibus, quos Græci *ἀγέλας* nuncupant.

**H**oræ anni Græci id tempus appellat, in cuius medio caniculæ exoriri cōtingit. Tempus autē id dierum est quadraginta: quo tempore omnes horarii, quos uocat, fructus cōstant: nonnulli iā declinantes, alij incipientes, alij in suo uigore, aut ultra uigore, aut citacōsistentes. Vocant autē ipsos *ἀγέλας*, non quod id solum temporis sint, sed (ut me fert opinio) quod ipsos, ab his, qui ad reponendum sunt idonei, distinguant: quando & triticum & hordeum, & omnia quæ in primo libro explicui, æstiuam atque anniuersariam habent generationem, sed non cito corrumpuntur, quo modo cucurbitæ,

amora, pepones, melopepones, persica, & alia id genus. Quæ si quis in hyemē seruare uolens, excicata reposuerit, eo modo ueterē naturā in contrarium immutabit. Nonnulli certe è cucurbitis semē uacuantes, deinde ipsarū uelut carnē siccantes, in hyemē quidē reponunt: utuntur autē omnes ipsa magis, quā alio quouis fructu esculentorum, quod ceteris fructibus sint aridiores ac sicciores. Non tamē tritici, neque hordei, neque aliorum eiusmodi cerealiū seminū, cū sunt reposita, natura in contrarium cedit. Manent enim suis substantijs talia, qualia erāt, cū iā inde ab initio æstate fuerunt perfecta. Illud autē perspicuum est, quod quæ corpus habet cōpactum, quæadmodum habitum ipsius habent perdurantem, ita solidū ac terrefactū, & ob id multum nutriendum. Quæ uero consistentiā sunt humida, corrumpuntur, exiguumque habent alimentū, & quod facile è corpore excernatur: quæ causa etiā, cur eiusmodi promptius, quā solida per aluum deficiantur: & potissimum, cū nitrosum quippiam ipsis inest, ac tergendis facultas. (cuiusmodi fructus quosdā fugaces habere ostendimus commemorabilem) quæ prauioris etiā succi esse perhibemus his, quæ nullam saporis qualitatem habent sensibilem, quomodo aqua optima nullā habet. Hæc igitur omnia, & his multo magis, quæ ante exactam maturitatem mandimus, flatulenta quidem sunt: uerum subducuntur celerius: quæadmodum etiam, quæ succum habent tenuem, citius distribuuntur. Sunt autē omnia hæc prauis succis: solusque is utiliter ipsis utetur, qui æstu uehementiore & longiore itinere sese confecerit: tunc enim iuuant, corporis squalorem humectantia, & si frigida sumantur, moderate refrigerantia. Etenim humectandi quidem semper habent facultatem: refrigerandi uero haudquam habebunt, si calida, sic, ut dixi, affectis fuerint elitata. Non enim proprio temperamento adeo sunt frigida, ut etiā si calida sumpta fuerint, uentriculum refrigerent. Quare ascititia egent refrigeratione, quæ partium, quæ tū ad uentriculū, tū ad hepatis pertinent (quibus primis occurrunt) calori aduersetur. His itaque de omnibus eiusmodi edulij, prius in uniuersum constitutis, nunc ad proprias cuiusque facultates transibimus.

De cucurbita.

**C**rudam quidem insuauis est, stomachumque ledit, & concoctam difficillima: adeo ut si quis alterius cibi inopia, cucurbitam mandere coactus fuerit, (ut quidam iam est ausus) pondus frigidum uentriculo incubere sentiat, stomachumque habeat euersum, ac uomitur, quo solo uomitus prementibus symptomatibus poterit uindicari. Hanc igitur & alia fugacium plerique, aut postquam elixa fuerint, aut statim certe, aut in sartagine frixa, aut assa, omnes homines esse consueuerunt. Atque sermo hinc perpetuo memoria teneto. Est enim omnibus cōmunis, quæ per ignem alterare est necesse. Cucurbita autem (de qua dicere institueram) elixa, nullam euidentem saporis habet qualitatem: nisi quis dicat quendam etiam esse saporem, qui neque acris

acris est, neq; falsus, neq; acerbus, neq; amarus, neque aliud quiddam eiusmodi manifeste representat, ueluti nec ipsa aqua. Verum huiusmodi omnia cōmuni nomine uocare consueuerunt *ἔμψια*, id est, qualitatis expertia, uoceturq; nobis sic, clarioris doctrinæ gratia. Cum ergo talis sit cucurbita, non immerito multos apparandi modos admittit; ut quæ in medio sit omnis excessus; ob idq; ad quæuis excessum ex æquo duci queat. Quandoquidē nihil eorum quæ congenitum quempiam habent excessum, in contrariā excessui parandi rationem facile ducitur. Proinde cucurbita, quantum in se est, humidum frigidumq; & ob id exigui corpori præbet alimentum, ut paulo ante de ijs omnibus quæ succum habent aqueum ac tenuem, præceptum; facile autem subsidet, cum ob sue substantiæ lubricitatem, tum ob communem omnium ciborum humorū rationem, qui scilicet citra adstrictionem sunt humidi. Ad hæc coquitur non egre, si modo prius corrupta non fuerit. Id uero illi accidit, cum parata uitiose fuerit, aut succus prauus in uentriculo fuerit acruatus; interdum autem quod in ipso cessauerit; quod alijs quoq; omnibus fuga cibis, quæ humidum sunt temperamento, solet accidere. Corruptuntur enim in uentriculo, ni celeriter occupent subsidere. Quemadmodū igitur cucurbita, quantum in se ipsa est, succum qui in totum corpus alendi gratia distribuitur, habet qualitatis, ad sensum, expertem; ita cum alicui eorum quæ uementem habent facultatem, mista fuerit, facile illi adsimilatur; ut si cum sinapi sumpta fuerit, succus qui ex utroq; in corpus distribuet, acris cum manifesta caliditate erit. Eadem ratione, si cum falso quopiam mālā fuerit (ut quidam in patinis cum balsamento struunt) succum in corpore falsum generabit. Est autē sic apparatus, cibus strauissimus, si balsamentum ex ponticis illis fuerit, quæ *μύλα* appellant. Quod si cum malis cydoneis elixa, conditaq; ut decet, fuerit, succum auferit in distributione habebit prepollentem. Asla autem, uel frigida in sartagine, quā plurimum quidem de propria humiditate deponit, reliquum autem ipsius nullam insignem obtinet facultatem, uti nec cum in iure simplici parata fuerit. Cæterum ob aqueam utilitatem sibi innatam merito gaudet origano. Omnia enim eiusmodi succis acris, uel acidis, uel austeris, uel salis admisceri postulant, si modo in cibo suauia sunt futura, & ijs, qui usi fuerint, nauisam non sunt paritura.

#### De peponibus.

Vniuersa peponum natura frigidior est cum humiditate copiosa; habent autē uim quandam abstergendi, cuius beneficio urinam cient, et deorsum expeditius, quam cucurbita, melopeponesq; permeant. Quod porro abstergeant, intelliges, si fordidā cutem ipsis fricueris. Quam ob rem si quis *ἑφελυς*, aut lentes in facie habeat, aut *ἔλφες* extimos & in superficie, hos quoq; deterget; semen tamē potentius, q̃ ipsorū uelut caro, deterget, adeo ut uel aduersus renes calculo infectatos

conueniat. Succū autē in corpore *γίγνι* uitiosum, idq; potissimū, cum concoctum probe non fuerit. Quo casu cholera morbo obnoxios efficere consueuit. Quinetiā priusquā corruptū fuerit, ad uomitum quoq; est idoneus; largiusq; sumptus (nisi quis post ipsum aliquid eorum quæ probi sunt succi, super mandat) omnino uomitū excitabit. Illud porro perspicuū est, homines in hoc quoq; fructu appellationē fecisse, quo modo in atramento, quo scribitur, quod *μύλον*, id est, atramentū appellant. Nam uox hæc *πεπων* uelut *πεπνυ*, hoc est, maturū significat, quod alijs quoq; quæ maturarescunt, cōuenit. Nam & racemus, cum exacte est maturus, dici potest *πεπων*, quemadmodū certe & cum nondū maturuit, non potest nominari *πέπων*, nimirū qui crudus est et immaturus. Adeundem modū & fructus omnes autumnales, & pira, & cucurbitæ *πέπερα*, id est, matura uocari consueuerunt, quemadmodū & melopepo, qui in se ipso *πέπων*, id est, maturum continet; unde medici quidā non simpliciter nominare uoluerūt peponas, sed totū id *συνιονπέπων*, id est, peponē cucumeralem nominari oportere cōtenderunt. Nos uero in presenti sermōe de eiusmodi nō laboramus, ut quæ ad medicinā nihil cōferāt; multo enim satius est, rem dilucide interpretari, q̃ huiusmodi anxia disquisitione, doctrinā obscurare. Tum porro clarissime explicabimus, cum uocabula uulgo maxime usitata eligētes, ipsorū significationes seruauerimus.

#### De melopeponibus.

Melopepones minus quam pepones sunt humidius, nec adeo prauius sunt succi, minus item urinas mouent, tardiusq; deorsum descendūt. Ad uomitum præterea excitandū, non tantum, quantum pepones, habent momenti, sicut nec celeriter adeo, ut illi in uentriculo corrumpuntur, cum prauus humor in eo collectus fuerit; aut alia quæpiā eōruptionis causa ipsum prehenderit. Cæterum tamedī in iuuando stomacho, autumnalibus fructibus lōge sunt inferiores, haudquaquam tamen ei, ut pepones sunt noxij; neque enim uomitum, ut illi excitant. Huc accedit, quod in peponibus homines à carne intima, in qua semen habetur, abstinent; in melopeponibus autem mandunt, idq; ipsis ad defectionē confert. Qui uero eorum quasi carne tantum uescuntur, nō tam cito eam ac peponum excernunt.

#### De cucumeribus.

Vrinam quidem & ipsi, quo modo pepones, cient, sed minus quam illi, quod ipsorū substantia minus est humida; ideoq; non facile, ut illi, in uentriculo corrumpuntur. Inuenias autem, qui ipsos (ceu alia multa quæ homines plerique coquere nequeunt) concoquant, ob naturæ scilicet eum eis familiaritatē, quam nos tum in commentarijs de temperamentis, tum autē in libris de medicamentorum facultatibus, copiosissime exposuimus; demonstrantes, à totius substantiæ proprietate, sumi cuiq; animantiū generi cibum esse familiarem; alinis quidem & equis paleam, scēnū, hordeum, ac id genus alia; leoni autem crudas ani-

malum carnes; hominī tū has omnes coctas, tum A panes ex frumētaceis seminibus, ut diximus, confectos, atqui & elleboro contumaces; et cicuta sturni citra noxam uescuntur; ceu utique eruo boues. Porro quæ cuiq; coctū facilia, aut difficilia sint alimenta, aut ex substantiæ proprietate, aut aliquo symptomate, per experientiam sunt discernenda. Quid autem sibi uelit quod dico, ex aliquo symptomate, primo libro id exposui. Quandoquidem quibus biliosus humor, aut omnino prauum excrementum quoduis in uentriculo sæpe congeritur, in ijs quæ natura coctū sunt facilia, celeriter corumpuntur; ueluti hominibus quibusdam, qui calorem natium habent non humidum, neq; bene temperatum, sed squalidum atq; igneum. hi enim que alij facillime cōcoquunt, facile alterata ea corumpunt, ructusq; eis accidunt nidorulenti. Cæterum illud perpetuo memoria teneto, quod etiam si quis eorum quiduis, quæ alijs cōcoctū sunt difficilia, coxerit; succus tamen, qui ex eo in corpus distribuitur, eādem retinet naturam. Nam fieri non potest, ut succus qui ex pepone distribuitur, crassus ac terreus fiat, etiam si is coctus pulcherrime fuerit; quemadmodum nec qui ex lente, aut bubula distribuitur, euadet unquam aquosus ac humidus, quem sanè & consistentia tenuem appellant. Id autem plurimum habet momenti, non modo ad sanitatis custodiam, sed etiam ad morbi declinationem, ut alibi demonstratum nobis est, & nunc rursus summam pcedente sermone, repetemus. Ergo qui cucumeres belle concoquunt, cum eo ipso fassim ijs se impleuerint, ijs tandem longiore tēporis tractu accidit, ut succus frigidus ac mediocriter crassus in uenis coaceruetur, quæ in ea coctiōe quæ fit in uenis, haud facile mutationem in probum sanguinē recipiat. Ob eam igitur causam, omnibus prauis succi edulsijs cenſeo abstinentum, etiam si ea quibusdam concoctū sunt facilia. Nobis enim non aduertentibus prauus succus ex ipsis post longum tempus in uenis colligitur; qui postea exiguum ad putendum occasionē nactus, febres malignas accendit.

De fructibus qui ex arboribus colliguntur.

Pra sanè, & poma, & ficus, persica, punica, & id genus alia, fructus sunt arborū, quibus homines uescunt. Sunt & præter hos alij, quibus homines non uescuntur, de quibus in præsentia dicere, non est institutum. In uniuersum autem ac communiratione, de fructibus, quibus homines uescuntur, scire oportet: humidus quidem, tenue humidusq; ex se distributum alimentū corpori præbere. Quam rem omnino consequi, ut eiusmodi alimentum celeriter corpus totū permeet ac pertingat, excernaturq; tum per cutim, tum per urinas. Proinde omnia eiusmodi cibaria medici rite affirmant pauci esse alimenti. Contrā autem in solidis consistentia fructibus habet: ex ipsis enim alimentum copiosius corpori adponitur, tardiusq; permeat, maxime cum succum in seipsis habent crassum, aut lentum, aut adstringentem.

#### Deficubus.

Quod omnibus quidē non modo autumnalibus fructibus, sed & ijs, quos fugaces appellant, est cōmune, id ficus quoq; habet. Non enim potuerunt succi prauitatē effugere, tametsi minus quam fugaces omnes ipsius sunt participes. Verū hæc ipsis insunt bona, quod uentrē prompte permeent, & q; facile totum corpus peruadant. Nam & abstergendi quoq; insignem habent facultatē; quod fit, ut post ipsarū esum nephretici multas arenulas excernant. Præterea, cum omnes autumnales fructus exiguum corpori præbeant alimentum, id omnium minimū ficubus usu uenit. Carnem tamen non cōpactam, neq; firmam generat, ceu panis, & suilla; sed sublxam ac subinanem, ut fabæ. Flatibus tamen hę quoq; uentrē implent, essentq; eo nomine admodū dolorificæ, ni etiam celerē deſcensum essent adeptæ, cuius beneficio celeriter peruadentes, flatu quem excitant, nō diu manent, atq; in eo minus cæteris fructibus autumnalibus lædere cōsueuerunt. Cæterum maturæ ficus immaturas non mediocriter antecellunt: quod & in alijs quidem omnibus fructibus cernitur, non tantum tamen in eis est discrimen. Nam quæ ficus prorsus sunt maturæ, nihil propemodum omnino lædunt; quo modo nec caricæ. quæ multiplicē quidem habent utilitatem, si quis tamen largius esita uerit, ab eis offendetur; quandoquidē sanguinem non admodū probum gignunt; quod fit, ut ex ipsarum usu pediculorum multitudo proueniat. Habent etiam tenuandi facultatem & incendiendi, quæ uentrem quoq; ad excretionē irritant, renesq; expurgant. Iecori autē lieniq; inflammatione obsessis sunt noxiæ, quemadmodū & ficus, non peculiari quadam & eximia facultate, sed cōmuni ratione dulcium omnium ciborum ac potuum; obſtructis autem illis, aut scirrho adfectis, ipsæ ex sese nil commodant, nec efficiunt: sed medicamentis incidentibus ac extenuantibus & abstergentibus mistæ, non mediocriter iuuant. Proinde nonnulli medicorum in dictis lienis ac hepatis affectibus, exhibent ipsas longe ante cibum cum thymo, aut pipere, aut zingibere, aut pulegio, aut satureia, aut calaminthe, aut origano, aut hyssopo. Ad eundē autem modū, si caricæ cum alio quopiā eorum, quæ facultatē habent acrē, aut omnino incendiendi ac extenuandi, assumant, iuuabūt non solū sic affectos, sed etiā sanos. Siquidē iecoris meatus, p quos fert alimentū, apertos esse non egrotis modo, sed sanis etiam est utilissimū. Ad eum igitur modum uulgo ficubus cum sale tenuato, aceto, & garo præparatis, uescuntur, q; ipsas utiles esse experientia didicerint. Verisimile autē est, ipsorum nonnullos medicos cuiusdam cōsilio impulsos, ad edendas ipsas accessisse: deinde eam notitiā ad uulgus dimanasse. Qui uero cum cibo aliquo crassi succi caricæ ficusue mandunt, non mediocriter offenduntur.

#### De uuis.

Ficus & uua quæ admodū inter fructus autumnales principatū obrinēt, ita fugacib; omnibus

magis

magis nutriunt, minimūq; prauī succi habent, prae A fertum cum exactam maturitatem fuerint adepti. Porro q; ipsa nutrant, maximo argumēto sunt i; qui uinearum fructum custodiunt, qui cum duos menses solis uuis ac ficibus, quorū custodiā prae sunt, uescantur (nisi forte panis quidpiam cum illis addant) corpulenti tamen admodū fiunt; at caro, quae ex ipsis gignitur, haudquaquam est firma ac densa, quemadmodum ea, quae ex carnibus fit: sed laxa est ac prae humida: ob id celeriter etiā, cum uesci ipsis desierint, constringitur ac confidet. Verum uis minus alunt q; ficus, maximumq; id ipsis inest cōmodum, quod uelociter subsideant. Quo circa, si quando haerint, grauiter laedunt, cum id maturis ficibus non insit. Haec enim etiam si non magnopere deorsum concedant, modo probe in B uentriculo coctę fuerint, alimentū corpori dant innoxium, quorum neutri uis adest, neq; enim re: tentae belle coquuntur: & dum in iecur ac uenas distribuantur, succum crudum generāt, qui non facile in probum sanguinē mutetur. Nam acinorū substantia composita est ex ipsarum uelut carne et humore, qui per carnē est dispersus, ex quo fit uinum; praeterea ex seminibus, atq; ex membranoso tegumento, quod omnia haec extrinsecus circum ambit. Ceterum seminum quidem substantia sicca est, & quodāmodo adstringēs, omniaq; intestina peruat, nihil, quod sensu deprehendi queat, a sele mutata, nō secus acin ficibus *λεγεμίδες*, haec enim in utroq; fructu proportionē inter se respondent, cū utrunq; totius plantę sit semen, per meētq; non alteratum, non in chylum uersum, nulla denique in re immutatū. Est & proportio quaedā in tegumentis utrunq; fructū continentibus, quae ipsis eum usum praestant, quem cutis animalibus. Exiguam autē tegumentū id recipit in uentriculo mutationem: quod fit, ut quidam cum ipsū & omne id quod intus habetur, suxerint, una cum seminibus expuant; quae & ipsa nonnulli conātur expuerē, potissimum cum acini grandes fuerint; nam in exilib, id factū est difficile. Liqueat porro q; alius magis laxatur, si sola acinorū caro cum succo fuerit trasglutita sine seminibus ac membrana extrinsecus ambiente. Laxatur autem impēsius, cum solus ipse succus expressus (mustū uulgo appellāt) fuerit trasglutitus, qui uentrem, nī uelociter pertransfeat, flatibus nonnihil implet. Ex hoc sane alimentū nonnihil corpori accedit, copiosius tamen ex carnea substantia: eoq; accidit uuas qualdā nutrire magis, quā deijci: contra, alias promptius deijci, quā nutrire. Ergo quibus exiguus est succus, magis nutriunt: quibus uero est uberior, minus quidem nutriunt, sed promptius sublidēt. Vocant autem uuas eiusmodi generosas, in quib. acini humidam quidem substantiam habent exiguam, solidiorem autem nō paucam, quam cetera carnem acini esse diximus. Atque ijs utunt, eas uarijs modis autumnō reponētes. Etenim in mustum ipsas coniiciūt, impletasq; ijs nouas ollas in uinaceis recondunt. Voco autem uinaceos, solidas uuae relin-

quias, cum in torculari succus ipsius omnis prorsus expressus fuerit: quas etiam homines in dolijs componunt, stipantes ipsas ualide ac constringentes: appellātq; id ipsum *πρύρα*, id est, fecē, quod ego uinaceos appellauī; nomine autem *σικιδίον*, id est, uinaceorum, acinorum radicem, quae ex palmitē enascitur, appellant, quam nos *βότρυς* nominamus, unde acini ipsi pendent. In hanc igitur *πρύρα* ollas nouas uuis refertas, condunt, operculis exacte obturantes, ne alicunde diffletur, et quā operculum cum olla committitur, pice illinunt, perspiratus omnes obstruentes. Ipsam autem ollam esse oportet ex luto suaueolente & perfecte assato. Huiusmodi certe uua, uentriculum dissolutum roborans hominibus cibum fastidientibus, appetentiam excitat, non tamen per alium sublidet; & si sumpta largius fuerit, caput ferit; quae in musto conditur, magis adhuc quā haec; caput infestat; penilis uero nihil prorsus caput laedit, uentrem autem nec sistit, nec ad deiectionem irritat. Eodem autem modo se habet & ad appetentiam, ut quae nec imbecillam excitat, nec fortem dissoluit. Porro aliarum uuarum ea concoctio est facillima, quā dixi homines in musto & uinacis, in totum sequentē annum usque ad secundam uindemiam reponere. Quae autem ex ipsis suspenduntur, quum inaruerint, sunt inutiles, aliae quidem statim ipso uere, aliae uero omnino saltem aestate. Non parua autem est inter uuas differentia, quod aliae sint dulces, aliae acidae, aliae austerae, aliae denique quae nullam uehementē habeant qualitatem; uocāt autem ipsas uinosas. Ceterum quae dulces sunt, succū habent calidiorem, ob id sunt sitibundae; austerae uero & acidae frigidiore: uinosae autem locum inter calidum ac frigidū medium obtinent. dulces item alium subducunt, & maxime si sint humidae; acidae, austeraeque, nō huic modo rei, uerum etiam coctioni in uentriculo, distributioni, ac nutritioni sunt noxae: acidae certe etiam si exactam in ipsa uite maturitatem adeptae, suspendantur, ne sic quidem dulcescunt; austerae autem quaedam, si suspensae diutius fuerint, dulciores redduntur; acerbae uero ut acidae, etiam si suspensae fuerint diutius, mutationem in dulcius nunquam poterunt assequi: quo circa ipsarum usus perpetuo est cauendus. Omnium quidem certe usus (si quis moderateumat) est tutissimus, quum uuae natura fuerint carnosae, ac matura. Quae uero nullam austeram qualitatem, uel acidam prae se ferunt, siue in uite summam maturitatem obtinuerunt, siue quod maturitati deerat, ex cōsequenti suspensione sint adeptae, eas humidas, affatim uentris deijciendi gratia licet ingerere. Quidam autem in eundem usum, mustum quoque, idque dulcissimum, bibunt. Id enim maxime subducit. Quod uero ab uuis austeris aut acidis est expressum, ad omnia est pessimū. Equidē nominibus situm usus, quemadmodū homines huius seculi utuntur, satius esse ratus, res dilucide docere, q; uerere lingua Atticorū uti. Quod si cui antiquius id,

doctrinæ perspicuitate fuerit, Attici uuarum par-  
tes solidas quæ multo expresso super sunt, *βρύτια*  
appellant; *σεμύλα* autem, oliuarum, cum oleum  
fuerit expressum: quod uero crassum in uuis substi-  
det, uulgius Atticorū *τρύγα*, id est, fecem nomi-  
nat. proinde nulla apud eos in uocibus est homo-  
nymia, ut apud alios homines, qui *βρύτια* etiam  
*τρύγα* nuncupant. Quin & tertia quædam huius  
nominis *τρύγος*, est significatio, grecis huius me-  
morie usitata. Nam uinaceorum dilutum, *τρύγα*  
uocitant: quod rursus ab Atticis *δουτρία*, à no-  
stratibus *σεμύλitis*, id est, lora appellatur. Con-  
iectis namq; in parua dolia uinaceis, tantum aquæ  
superaffundunt, quoad omnia permadeat. Quod  
ubi satis factum uidet, in doliꝝ fundo foramen ape-  
riunt, ut dilutum effluat: idq; pro uino bibunt. Per-  
spicuum autem est, quod pro uinaceorum copia  
aquam, experientia docti, affundit: quod uidelicet  
lora, neq; aquosior sit, neq; meracior. Deinde rur-  
sum aliam aquam, parciolem tamen priori, uina-  
ceis affundunt, ita ut id quoq; in potu sit tolerabi-  
le: quod quidam Attici proprie, non ut prius, *δου-  
τρία* nominari uolunt. Vtraq; lora capiti dolo-  
rem affert, nisi q̄s dilutiores ipsas bibat, sed prior  
magis caput ferit. Commodum autem huic potui  
id inest, quod ocyus per urinas reddatur. quia in re  
magnum est pro uaria uuarum (ex quibus sunt ui-  
nacci) specie, discrimen. Quædoquidem si dulces  
fuerint, potus multo erit suauior, citiusq; per uri-  
nas reddetur: sin uero acerbæ, aut acidæ fuerint, in  
suauior longe, ac minus ciens urinas. Id autem di-  
lutum ualentius multo fit, ac uinosus, cum *τρύγος*,  
id est, uinaceus ad uer, aut æstatem fuerit asserua-  
tus. Hyeme uero si quis utatur, ut caput minus fe-  
rit, sic & per urinas minus secedit.

De uuis passis.

Væ passæ cum alijs uuis eandē habēt ratio-  
nem, quā carica cum ficibus. Multæ enim  
fiunt dulces, acerbæ autem omnino pauca: pluri-  
mæ uero ex dulci & austera qualitate sunt mistæ.  
quanquā dulces nonnihil quoq; austera qualita-  
tis habent: & austera, dulcedinis. Caterum ut dul-  
ces temperamento sunt calidiore, ita austera frigi-  
diore. Ad hoc, austera stomachū roborant, & uen-  
trem constipant, & his multo magis acerbæ: me-  
diam autem quodammodo inter ipsas constitutio-  
nem dulces obtinent, ut quæ nec stomachum dis-  
soluant, nec alium subducant. Dulcibus tamen,  
ut uis quædam semper inest contemperandi, ita &  
mediocriter detergendi, quibus duabus facultati-  
bus exiguas mordicationes, quæ os uentriculi in-  
festant (quod & stomachum appellamus) obtun-  
dunt. Perspicuum enim est, quod mordicationes  
maiores ualentiora postulat remedia. Inter passas  
autem præstantiores sunt, quæ tum pingues sunt,  
tum corticem habent tenuem. Nonnulli autem, &  
recte sanè, è dulcibus grādidusq; (quales sunt scy-  
belitides) prius quam mandant, semina eximunt,  
quæ & ipsæ inueteratæ, cutim durā crassamq; ha-  
bent, easq; prius in aqua coguntur macerare: nam

& semen ipsum facilius sic eximit. Aliæ quædam  
sunt, his contrariæ, solidæ & crassæ, quæ nullum  
prorsus semen habent. Crescunt hæ in Cilicia, co-  
lore subflauo. In Pamphylia autem scybelitica, &  
colore nigræ: quæ, ut dixi, sunt maximæ. Minime  
autem in Cilicia, fuluæ proueniunt: Aliæ præter  
has, in Cilicia nascuntur, colore nigro, magnitudi-  
ne mediæ: quemadmodum & apud alias plerasq;  
gentes, potissimum in Libya. In Asia autem uarię  
passarum species, mediocri magnitudine proueni-  
unt. etenim quædā subflauæ, aliæ nigræ, aliæ dul-  
ces, & aliæ subausteræ cernuntur. Porro, in frigi-  
dis regionibus ne uuæ quidem ipsæ maturari ex-  
quisite queunt, nedum passerum quæpiam. Qua  
propter resinam uinis immittunt, ne celeriter ace-  
scant. Porro, quemadmodū passerum differentia,  
quæ à colore sumitur, nihil ad passerū facultatem  
confert, ita nec magnitudo: sola qualitatis, quę gu-  
stui inest, differentia potest omnia: cui soli intētus;  
inuenies (ut ante diximus) & in quibus, & quo  
tempore uti conueniat. Alimentum ex passis tale  
qualitate in corpus distribuitur, qualis ipsarū na-  
tura fuerit, dulce ex dulcibus, austera ex austera,  
mistum ex ijs, quæ utriusque qualitatis sunt parti-  
cipes. Quantitate uero copiosius ex pinguibus ac  
dulcibus: parcus ex austera & macris. Quod si  
passarum pinguiū ac dulciū, à quibus semina fue-  
rint exempta, parem molem cum pari uuarū mo-  
le cōtuleris, passas ualentius nutrire deprehēdes.  
Huiusmodi sanè ut minus q̄ carica subducāt, ab-  
stergantq; magis tamen q̄ illæ stomachū tuant.

De sycaminis, quæ & mora appellant.

Non hæc Attici sermonis affectatoribus scri-  
bimus (fortasse enim ne legere quidem ipsa  
dignarentur, corporis simul & animi sanitatē pro  
nihil ducentes) [sed medicis quidem, qui de At-  
ticismo non magnopere laborant: tum autem &  
alijs, qui ut animalia ratione prædita, honorē, glo-  
riam, diuitias, et auctoritatem inter ciues, corporis  
& animi ualitudini postponunt.] Certo em̄ scio,  
hos linguam Atticorum nihilo pluris q̄ cæterorū  
hominum æstimare: corporis uero sanitatem præ-  
stātius quiddam ducere ac dignius ei homini, qui  
uiuere secundū naturam studuerit. Cum igitur in-  
telligam, sermonem simpliciorē ijs esse uiliorem,  
nominibus utor quę ipsi intelligant, etiam si uetu-  
stis Græcis non sint consueta. Mororū igitur no-  
men uulgo est cognitum: si non alia de causa, sal-  
tem ob medicamentum *συκαλινθ*, id est, ori gra-  
tum, quod, *σκαμω* appellatur, quod eorum suc-  
cum recipit. Quibusdam autem ex fructibus autu-  
mnalibus, quos deinceps recēsebimus, pleriq; ho-  
mines ignorant, quo nomine ante annos sexcen-  
tos ab Atheniensibus fuerint appellati. Animad-  
uertunt enim huius tempestatis Athenienses, fru-  
ctus omnes non alio nomine appellare, q̄ quo re-  
liqui Græci appellant: sed & mora ipsam, sycamina  
nihilominus, q̄ mora nominare. item persica, nu-  
ces, præcocia: ac in summa, reliqua omnia pro alio-  
rum Græcorum consuetudine. Neq; enim detri-

menti

menti quidquā ipsi ex uetustarū appellationum A  
ignoracione accidet, si facultates ipsorū explora-  
tas habuerint. Satiū enī fuerit scire, ex cibis qui  
subducuntur, posteriores quidē sumendos qui tar-  
de permeant: omnīū autē primos, qui celeriter qui-  
dem peruadunt, corrumpūt tamen, si in uentri-  
culo morentur diutius, q̄ ipsorum nomē claturas  
nosse. Non tamen omnino ignorare homines mī-  
hi uidentur, qui ordo in ijs quæ mandunt, sibi sit  
seruandus: quandoquidē ipsos uideas in plurimis  
cibarijs eum seruare. Præsumunt enim radículas,  
oliuas, & fornū græcū ex garo: post hæc, maluas,  
betam, & alia id genus olera cum oleo & garo. Et  
enim, si uel tantillū mentis habeant, diuturna ex-  
perientia docet eos facultates eorum, quæ quoti-  
die cibi gratia sibi præparant. Quorū uero multo  
interuallo usus atq; experientia incidit, ea soli ho-  
mines solertes obseruant, ac memoriæ mandant.  
Sycamina igitur celerrime pertranscunt, cibisq;  
alijs præeunt, si in uentriculū purum inciderint, &  
sumpta primis epulis fuerint. Quod si supra post  
alios cibos fuerint, aut etiā prauū succum in uen-  
triculo offenderint, celerrime unā cum alijs cibis  
corrumpuntur, nouo quodam corruptionis gene-  
re, & quod uerbis explicari nequeat, ut in cucur-  
bitis accidit. Omnia enim hæc, si modo celeriter in  
corrupta subsederint, cibis fugacibus minus sunt  
noxia: sin minus, corrumpuntur non aliter q̄ pe-  
pones: quanquā hi quoq; si celeriter subducantur,  
nullam magnam noxam adferūt. Tempus autem  
utendi, ut peponibus, ita et moris est, cum corpus  
uētriculi squalore æstuat, quo tēpore necesse quo-  
dammodo est, hepatis quoq; idem accidere. Cucur-  
bitæ quidē & cucumeri, tū maturo, tum ante ma-  
turitatem; ad hæc & melopeponi nulla adstringēs  
qualitas inest. Sycaminis uero, & potissimum cum  
non dum admodū maturuerint, qualitas eiusmodi  
cōspicue inest: immaturioribus autē inest simul &  
acida. Proinde nonnulli ab arbore ipsa detrahentes  
ac siccatas reponunt, medicamentū ad dysente-  
riā, ac diuturnæ diarrhœæ curationē utile sibi fu-  
turum. At nunc nobis non est propositū medica-  
mentorū facultates exponere. Rursus igitur ea  
repetamus, quæ sycamina ipsa ut alimentum pos-  
sunt agere. Quod quidē celeriter subducantur, di-  
ctum nobis prius fuit: quod eis accidit forte pro-  
pter solā substantiæ humiditatē ac lubricitatē: for-  
te etiam propter admistā qualitātē quandā acio-  
rem, q̄ deiectioni excitandæ satis esse possit: quan-  
doquidem qualitas adstringens, nō modo ad sub-  
ductionem nihil cōfert, uerum etiā suapte natura  
uentrem cōstipat. Didicisti autē ex cōmentarijs de  
simplicium medicamentorū facultate, pleraq; esse  
corpora, quæ facultates habeant contrarias. Con-  
fectior igitur mora exigua in seipsis habere faculta-  
tem eiusmodi, qualis magna medicamenti pur-  
gantibus inest, cuius beneficio non modo facile  
secedunt, sed corrumpuntur etiam, si diu in uen-  
tre manserint. Quod si corrupta (ut dixi) non fue-  
rint, omnino quidem humectant, non tamen om-

nino refrigerant, nisi sumpta fuerint frigida. Ali-  
mentum autē corpori præbent minimum, quo mo-  
do pepones, non tamen, ut ijs, uomitū excitant, ne-  
que stomachum lædunt. De cerasijs.

**E**X cerasijs quædam sunt, quæ moris sunt si-  
milis, cuiusmodi sunt ea, quæ minimam ha-  
bent adstrictionē: alia ruborum fructui, ut ea, quæ  
evidentius adstringunt: quædam autem sunt, quæ  
uel ualentius ijs adstringant. Proinde memorare  
cuiusq; speciei facultatem, ex ijs, quæ de sycaminis  
& rubi fructibus dicimus, potes colligere.

De rubi fructibus.

**R**uborum fructū homines apud nos *Βάρινα*  
rappellant, quemadmodū mora & sycamina:  
utroq; enī modo ipsa nominantur: sunt autē *Βάρινα* q̄  
mora magis adstringentia: & si quis largius ijs ue-  
scatur, capitis dolore sentiet: alij stomacho angun-  
tur. Proinde fructū hanc abluamus oportet prius,  
q̄ mandere ipsum aggrediamur: quod maxime in  
sycaminis quoq; est faciendū. Non tamē uentrem  
subducunt, sed potius cohibent: & si quis immatu-  
ra ipsa prius sicca reposuerit, multo etiā magis co-  
hibebunt. Omnia tamen medicamēta, quæ ex mo-  
rorum succo parantur, si facta ex ijs quoq; fuerint,  
facultatem habebunt efficaciorē.

De fructibus canirubi.

**F**ructus canirubi multo magis q̄ ruborū ad-  
stringit: ob eamq; causam uentrē magis cohi-  
bet. Vescuntur autē ipso frequēter rustici, exiguit  
alimentū corpori suggerente: uocatq; *κυνόβαρυ*,  
id est, canirubum.

De fructibus iuniperi.

**F**ructus iuniperi, qui *ἰουνύλλισ* dicitur, acris est  
admodum cum exigua dulcedine, & minori  
præterea adstrictione. Habet autē & aromaticon  
quiddam. Perspicuū certe est, q̄ calefacit quidem,  
tum propter acrimoniā (demonstratum enim est,  
acriā omnia calefacere) tum autē maxime propter  
odorē ac gustū aromatibus adsimiles, omne enim  
*ἰουνύλλισ*, calidū. Hepar autē & renes purgat: & suc-  
cos crassos ac lentos uidelicet tenuat: unde medi-  
camētis salubribus admiscetur. Alimentū autem  
ex ipso exiguum corpori hominū accedit. Quod  
si quis ipsum largius sumperit, stomachum mor-  
det, & caput calfacit: ob idq; ipsum nonnumq; re-  
plet, doloribusq; infestat uentrē, nec proritat, nec  
cohibet: urinas tamen mediocriter uacuat.

De fructibus cedri.

**F**ructus cedri, qui *λεῖδης* dicitur, colore qui-  
dem & figura, fructui iuniperi est similis, sub-  
flauus enim est ac rotundus: diffidet autem ab eo  
acrimoniā. Nec multū abest, quin fructus hic ex  
genere sit medicamentorū: cum nullum præbeat  
corpori alimentū, nisi quis aqua ipsum macerarit.  
Omnibus enim acribus id est cōmune, ut soluta  
ipsorū acrimonia, exiguum alimentū corpori præ-  
beant. Quin etiam cedrorū fructus, ut fructus iuni-  
peri durior est ac siccior, ita pfecto exiliior, nihil,  
ut ille, habens aromaticon. Perspicuum autē est, q̄  
& stomachū ualde mordicat, & capiti dolorem in-  
fert, nisi quis ipsum parcellime sumperit.

Denue

## De nucē pinea.

Nux pinea boni ac crassi est succi, multumque nutrit, non tamen facile concoquit. Appellatur autē nūc Græci ipsum nō *κάρυον*, sed *σπείλον*.

## De fructu myrti.

Græci fructum hunc *μύρτιον* nominant, nutritque tenuiter eque ac fructus suniperi, facultatem tamen habet contrariam. Quandoquidē ualenter adstringit, & ob id ipsum aluum sistit: nō tamen pro ratione adstrictionis, frigidius facultate est: propterea quod adstrictionē habet non solam, sed acrimonia etiam quadam admissam. Porro ci bis omnibus, qui qualitatem medicamentosam habent uehementem, est cōmune, ut cum eam qualitatem coctione, aut assatione, aut maceratione deposuerint, exiguum corpori dent alimentū, prius autem prorsus non nutrant. Id enim ipsum & cæpis & porris accidit.

## De persicis.

Fructum hūc, siue mala persica, siue (ut Græcis nunc mos est) simpliciter persica appellare uelis, siue aliud quoddam uetus nomen præter hæc uestigare, potes id per magnū ocium facere. Nunc autem dicas, quod nominibus ipsis erit uti lius, quod scilicet ipsorum succus, & ueluti caro facile corrumpitur, prauaque omnino est. Quocirca (quod quidam facere solent) nō sunt post alios cibos mandenda: corrumpuntur enim in superficie natantia: sed in omnibus, quæ prauū quidem sunt succi, uerum humida sunt ac lubrica, & quæ subduci facile queant, id cōmuniter tenendum, ea ob ipsum ante alios cibos esse sumenda. Ita enim fiet, ut & citius subducantur, & alijs cibis uiam muniant. Quæ si sumpta postrema fuerint, unā secum alia quoque corrumpent.

## De armeniācis ac præcocibus.

Hæc quoque ex genere sunt persicorum, bonitate nōnihil illa superantia. Neque enim in uentriculo, ut illa, corrumpuntur, neque acescunt: uulgo autem suauiora apparent: unde etiam stomacho sunt gratiora: cætera enim illis sunt similia. Si uerbis autem omnibus id inest: quemadmodum in suauibus, ut uentriculū resupinent, ac subuertant, & ad uomendum incitent, cupientem quā celerime quod infestat, abijcere: id quod facit pro momento eorum, quæ infestant. quæ enim uergunt deorsum, ea ipsa expellit. Quæ uero supernatant, per uomitus eijcit. Idem facit, & cū succi prauī ex toto corpore in sese defluunt. Etenim, qui ex ijs in partem uentriculi superiorem confluunt, uomitu uacuantur: qui uero in inferiorem, pariunt diarrhoeam. Porro, quod fructus omnes autumnales exigui sint alimenti, dictū id nobis prius fuit. Præcocia tamen, quæ uocāt, armeniācis sunt præstantiora. Qui autem præcocium nomen fugitāt, utraque mala armeniāca appellāt. Alij uero armeniā, per quatuor syllabas, non quinque.

## De malis.

Genus horū non est simplex, quo modo neque pīorum, neque punicorū. Quædā enim sunt,

quæ saporē habent austerum: alia acidum, aut dulcem: nonnulla etiam ex ijs mistum, apparentes & dulcia simul & adstringentia. Præterea alia quædā cum dulcedine manifestū habēt acorem. Ad hæc, alia cum acore acerbiteratem. Inuenias autem interdum, & quæ hos tres saporēs simul habeāt euidentēs adeo, ut acida appareāt & dulcia, acerbiteratisque habeant nōnihil. Perspicuum autem est, quod adstringens, austerum, et acerbum, tria hæc nomina saporis, qualitatem unicam significant. Quod uero acerbū quidem in eo ab austeris differant, quod ualentius adstringant, commune autem ipsorum genus est adstringēs, ex quarto libro de simplicium pharmacorum facultate didicisti, in quo de saporum substantia ac facultate tractauimus. Memor igitur illorū, scito mala quidē quæ adstringūt, succū habere frigidum ac terreum. Quæ uero acida apparent, frigidū quidem, uerum tenuiū esse partium. Mediæ autem temperaturæ esse dulcia, quæ tamen ad calidius uergunt: quemadmodum quæ omnis qualitatis sunt expertia, ac ueluti aquosa, ad frigidius inclinant. His igitur uteris pro uiuacitate in saporibus facultate, austeris quidē pomis, cum uentriculus uel propter calidam intemperiem, uel multam humiditatem fuerit imbecillus: acerbis autem, cum duo hæc aucta admodū fuerint: acidis, quando succum crassum, qui non magnopere frigidus sit, suspicaberis in ipso esse collectū. Quandoquidem succus frigidus non acida, sed acria potestulari. utraq; certe & acida & acria succos crassos incidunt: in eo tamen differunt, quod hæc quidem cum calfactione: illa autem cum refrigeratione id præstent. Perspicuū porro ex ijs quæ sæpe iam diximus, est, quod adstringentia quidem, quantum in ipsis est, alui deiectiones semper cohibēt: acida uero, cum succum crassum in uentre inuenerint, ipsum incidunt, ac deorsum subducūt, ob idque deiectiones humectant. Quod si uentrem purum inuenerint, ipsum magis sistūt. Porro succus dulcis, cum sine acrimonia & crassitie, hoc est, cum solus planè fuerit, celerius, quā in ipso est, distribuitur. Quod si acrimoniā, aut crassitiem habuerit, citius subducitur. Est autem & aliud succi genus, nō in pomis modo, uerum etiam in alijs omnibus, quod aqueū & qualitatis expers appellant, ut antea quoque diximus: quod stomachū quidem minimū iuuat, in medio autem est memoratarum facultatum, quemadmodum & aqua ipsa. Inest autem pomo eiusmodi id uitium, quod cum ad mandendum ipsum aut uoluptate, aut utilitate adducantur, quando neque gustu iucundum ipsum, neque quemadmodum adstringentia, robur uentri inducere, neque fluentem ipsum sistere comperit, merito cōtemnunt: quemadmodum & apud nos quidem in multis Asia locis, subis ipsum proijcimus, *μαλακιστον* appellātes, quod tenera plantanorum folia gustu quodammodo repræsentet. Cæterum optima genere poma non sunt ante colligenda, quā in arboribus maturuerint: concoctū enim sunt difficilia, & frigida, tardeque permeant, & prauū



Et prauī sunt succi: ut interim omittam, quōd succum etiam habent frigidum, ac leuiter crassum. Quæ uero belle matura in hyemem & uer proximum asseruant, ea sæpe in morbis maximum adferunt præsidium, aut cataplasmatibus modo cum farina admota, aut in calidis cineribus mediocriter assata, aut pulchre in aquæ bullientis uaporibus percocta. Cæterū post cibum statim dare ipsa conueniet, nonnunquam autem & cum pane ad uentriculum & stomachum roborandum, ijs qui deiecta sunt appetentia, tardeq; concoquunt, quicq; uomitu, diarrhoea, ac dysenteria infestantur. In hunc usum acerbæ sunt aptæ. Parata em, ut iam iam præcepi, mediocrem retinent adstrictionē, cum, si mediocriter austera fuissent, in eiusmodi apparatu adstrictionem omnem deposuissent, ob idq; similia ijs euadunt, quæ ab initio sunt aquea.

Qui fiat, ut esus pomorum aut pirorum adstringentiū, uentrē quibuscūq; deiciat.

Um aut quosdam audiuissem, qui dicerent, uentrem sibi ab esu adstringentiū subdūci, fatius esse putauī, quæ de eo ratione atq; experientia sæpe cognouissem, hoc loco semel silius explicare. Cum Protas rhetor quidā, ciuis noster narraret, uentrem sibi post esum pomorū ac pirorum austerorum deici, re intellecta atq; in ipso per experientia cōprobata, audacius postea in alijs ipsum sum expertus. Rogauī enim hominē, ut mecū uel unum diem uiueret, ut scirem quo tempore, & q̄ multis uesceretur alstringentibus. Ac primum hominem statim sum hortatus, ut more suo uiueret, neue ulla in re consuetam sibi uictus rationem immutaret: ipse autem, cum post balneum, pauca aqua præbibita, foenumgræcum, radiculam, & id genus alia (quæ ante alios cibos omnes ferē fume re consueuerunt) similiter & ipse sumpisset, uinumq; dulce, quantitate mediocri, adbibisset, comedit deinceps maluas cum oleo & garo, & paucos uini: & post illa piscis quidpiam, lussile, & auis: deinde, cum secundo bibisset, paucos tempore intermisso, sumpsit pira austera: postea deambulātū progressi, nō multum deambulauimus, cum uenter illi maiorē in modum esset solutus. Quæ cum essem conspicatus, pacus sum cum amico, ut post idie quæ ad suam uictus rationem pertinerent, mihi cōmitteret. Qui cum mihi prompte esset assensus, prima omnīū, post balneum, pira exhibui: deinde alia deinceps, ut consueuerat quibus peractis, non modo non uehementer, sed ne mediocriter quidem alium deiecit. Mirabatur sanē (ut par est) rei euentum, causamq; eius à me sciscitabatur: cui ego hæc, quæ nunc referam, exposui. Nā cum garum (inquam) unā cum ijs quæ cum eo sumpseras, alium suapte natura subducit, idq; iam ante fecerit, adstringentia postremo loco sumpta ijs potissimum, qui stomachum habēt imbecillum, deiectionis sunt causa, uentriculum roborantia, & ad expellendū deorsum, quæ in sese continet incitantia: quod magis (inquam) fatebere, si cras prima omnium alstringentia sumpseris: secundo autē

Galen.

post illa, carnosa: omnīū postrema, quæ cū oleo & garo mandunt. minime inquit, repente em uomem, si maluas ultimas cū oleo & garo manderē, optime (inquam) respōdisti. Illa em uentriculum subuertit, & potissimū os ipsius, quod iam omnes stomachum uocare cōsueuerūt: adstringētia uero roborant, ac firmāt: quō fit, ut si quis alius succus uentriculum subuerterit (quod solet bilis pallida efficere, in gbus copiosior est accruata) qui sic est affectus, siquid adstringentiū gustarit, succum infestantem repente deorsum excernet. Deinde ostendi ei iuuenē quendam, qui narrabat cū paucis diebus ante, purgādī gratia, succū scāmōniæ sumpisset, & horis quinq; post sumptū medicamentū iam præterlapsis, nulla secuta esset excretio, stomachum quidē sibi premi, uentriculum aut intumescere ac grauari cōpisse, quas ob res attonitū se, atq; animi incertū, symptomata, gbus infestabat, mihi cōmunicasse. Quonā igitur modo hominē sanauerim audi (inquam) iuuenē ipsum: tum protinus presentem ei exhibui, ac narrantē, ut ego imperarim sibi exiguū quiddam mali alstringētis, aut punici, aut piri, manderet: ipse aut simulatq; comēdisset, malis statim fuerit liberatus, copiosissima ac cōserta ex ipsius uentre facta excretionē. Scito igitur (dixi rhetori) tibi quoq; idem cōtingere, cū propter uentriculi totius ac stomachi imbecillitatem, adstringētia postremo loco sumpseris. Tū ille, uerissimū (inquit) est, quod dixisti. Talis em mihi natura est stomachus, facileq; à quibusuis subuertitur. Ego uero post cibū, studioliū austerum quidpiā esito, tūc, cum ipsum supinū admodū esse sentio, adeo, ut propē iam nauseet. Ex hac de rhetore narratiōe, satis intelligere poteris, ijs, qui stomachum habēt imbecillū, uentrem deici, cū postremis epulis adstringentiū quidpiam sumpserint.

De cydonijs & struthiomelis.

His pomis eximīū quiddam, quod in alijs non inuenitur, inest. Nam præter quā quōd adstrictionem habent copiosiorē, succus etiā eorum diu durat ac permanet, si quis ipsum cum melle coctum asseruare uelit. Cum aliorum pomorum succus, si reponatur, acescat, propterea quōd multam habet humiditātē. Nos autem & medicamentum, quod ex succo struthiomelorum cōficitur, quodq; ijs qui deiectionem habent appetentiam, est accommodatissimū, cum forte in loco conspicuo non esset positum, tandem post annos septem inuenimus, nihil in qualitate immutatum: crustam enim ore uasculi densam fecerat, cuiusmodi in melle sæpe penumero & alijs quibusdam adcreuit: quam seruare incumbentem conueniet, si uelis pharmacum, aut mel diutissime citra mutationem seruare. Atq; id mihi obiter sit dictum: cuius autem rei gratia, medicamentū, quod longiore tempore manet incorruptum, memini, denuo id resumam. Per manens est struthiorum malorum succus, quando paratus recte fuerit, quemadmodum & cydoniorum: uerum hic minus est suauis, & maxime adstringens. Quocirca ad uentriculi admodum

Tom. 2

c

exolut



exoluti robur uti eo aliquando possumus. In Iberia autem edulium componit, quod *μυλοπλάκων* appellant, quod adeo durat, ut patinae recentes ipso refectae Romam adferantur. Componitur autem ex melle & carne laeuigata, cocta cum melle. Nostrium uero medicamentum, quod ijs qui deiectionem habent appetentiam, comparatur, non ex melle solo, & malorum succo, sed & piperis albi habet quidpiam, & zingiberis, & acetum. Non tamen iam plura de eo uerba facere conuenit, cum alibi de eo fusissime tractauerimus.

De piris & punicis.

**Q**UAE de malis diximus, si ad pira & punica transtuleris, nihil erit quod nos de ipsis nouum dicere oporteat. Etenim in his quoque alia sunt auferantur, uel acerba: alia, acida: alia, dulcia: alia ex horum mixture composita: & alia, quae nullam penitus huiusmodi qualitatem habent exuperantem. quod fit, ut cum aquea sint ac hebetia, omnis facultatis roborandi sint expertia. Pirorum igitur usus pomorum usus omnino est similis. Punica uero cetera quidem sunt similia, in eo tamen discrepant, quod nunquam cum hordei farina assentur, neque in aqua aut uaporibus elixentur. Succum autem habent piri & pomis copiosiores, & praeerea gustu suauiores. Sunt autem interdum praedictis duobus fructibus utiliora, tum ad alios affectus, tum ad eum cuius Hippocrates libro secundo de morbis populariter grassantibus meminit, his uerbis. Mulier cardiacia torquebatur, nec prius malum est sedatum, quam polenta succo punici aspersa, semel in die uteretur, reliquis cibis abstinentes, neque amplius uomitu reiciebat, qualia Cherion Charitonis filius. Perspicuum certe est, quod uitioso humore partes ad os uentriculi (quod certe *καρδία* etiam appellat) attinentes imbuente, mulier erat nauseabunda, cardiaciaque torquebatur. Nam uerbum *καρδία* nil aliud significat, quam symptomata, quod mori dicationi stomachi succedit. Hinc certe humorem polenta quidem exiccauit: succus autem punici cum ea sumptus, uentriculum roborauit adeo, ut humorem in tunicis ipsis contentum expellere potuerit. Punica quidem quam minimam corpori praebent alimentum, ut ipsis nunquam ceu alimento, sed tantum ut medicamento egeamus: Pira uero, & potissimum quae magna sunt (uocant autem ipsa apud nos *σέμινα* non genere, *μυλάρες*) aliquantulum nutriunt. Proinde in tenues orbes ipsa secantes, & postea exiccantes reponunt, quae elixa, uice ciborum parum nutriendum, hyeme & uere, cum fames est, mandunt. Attici quidem priorem syllabam *φρού* scribunt sine *ω*, *φρού*, Iones uero cum *ω*, *φρού*: uerum id nihil ad hominum uitam adfert commodum: quoadmodum neque in *ω*, id est, forbis, quae Graeci quidem omnes huius nominis memoriae sic nominant: Attici autem cum *υ* pronunciare ipsa non permittunt. Speculationem igitur de nominibus, illis relinquentes, de facultate ipsius fructus disputabimus.

De mespilis, & forbis.

**Q**UAE de praedictis diximus, eadem de his quoque

sunt dicenda. Ambo enim astringunt: uerum mespila multo ualentius, quam forba. Proinde uentri fluctu cibis est utilissimus: forba tamen in cibo ipsis sunt suauiora. Omnino enim nihil habent adstringens aequae ac mespila, sed ipsorum succus est austerrus sine ulla acerbitate. Liqueat autem, quod omnibus huiusmodi parce est uescendum, non autem affluenter, ut uiuis ac ficibus. Nullo enim ipsorum ut alimento, sed ut medicamento potius indigemus. Haec tibi sunt utiliora, quam scire priorem syllabam nominis *φρού*, a ueteribus Atheniensibus per litteram tantum scribi & pronunciari.

De fructu palmæ.

**F**RUCTUM palmæ siue glandes appellare uelis, siue palmas, eodem cum tota arbore nomine (ut iam Graecis omnibus mos est) neutro modo aut incommo- datis, aut ipsius facultatis cognitionem promoueris. Non pauca autem in ipsis est differentia: quaedam enim sunt siccae & adstringentes, ut Aegyptiae: aliae molles & humidae & dulces, ut quae *καρπώτοι* appellantur. praestantissimae autem haec in Syria palestina nascuntur in Hierichonte: reliquae omnes palmæ inter dicta duo genera sunt mediae. Difficiles autem sunt concoctui, capitique dolorem inferunt, quarum aliae quidem magis: aliae minus sunt humidae ac dulces: siccae atque adstringentes. Verum constitutis extremis, iam omne quod in medio est, facillime deprehendes. Nulla certe ex ipsis est, quae non dulcedinem quandam & adstrictionem habeat. Siquidem *καρπώτοι*, exiguae adstrictionis: Thebaicae, obscure dulcedinis sunt participes. At succum quidem dulcem, nutrire: austerum autem gratum esse stomacho, & uentrem sistere, ostendimus. Palmæ autem, si largius sumantur, omnes concoctui sunt difficiles, et capiti dolorē adferunt: quaedam autem, & morsus cuiusdam sensum ori uentriculi inducunt, quod medici stomachum appellant. Succus autem, qui ab ipsis in corpus distribuitur, crassus quidem omnino est: habet autem & lentoris quidpiam, cum palma ipsa pinguis fuerit, sicuti *καρπώτη*: cum autem dulcedo tali succo mista fuerit, celerrime quidem hepar ab ipsa obstruitur, laeditur autem maxime ab ipsorum esu, quod aut inflammatur, aut scirrhus obfideatur: post hepar autem, & lien obstruitur ac laeditur. Multo autem maxime palmæ uirides, si paulo largius sumantur, ad omnia sunt noxiae. Perspicuum porro est, quod dulces quidem succum habent calidiorem, astringentes autem frigidiorem. Quin & palme uirides, quem admodum & ficus, flatus gignunt: nam palmæ uirides eandem habent ad alias palmas proportionem, quam ficus habent ad caricas. In regionibus autem non admodum calidis, palmæ non perfecte maturascunt, adeo ut reponi queant. quod fit, ut cum homines cogantur ipsis uiridibus uesci, crudis succis impleantur: rigoribusque, qui aegre calefiant, & hepatis obstructionibus prehendantur.

De oliuis.

**E**XIGUUM quidem & ipse corpori praebent alimentum, & potissimum caduca, quas uulgo

ferè cum pane : sine pane aut mandunt cum garo A ante alios cibos, ventris subducendi gratia, quas *ἀλμυδάς* & *κολυμβάδας* appellant. Porro quem admodum caduce, pinguedinis habent plurimum: ita hę, succum adstringentē. Proinde stomachū roborant, & appetentiam excitant. Aptę aut ad hanc rem sunt, quę cum oleo reponuntur, quas artis obsonatricis periti uarie pręparāt. cuius artis nolim medicum omnino esse ignarū. Nam quod suauius est, facilius ijs quę ex æquo sunt salubria, concoquitur. Verum non est nunc dicendi locus, neque de obsonatricis speculationis peritiā, neque de arte ipsa; alius enim locus ipsis est proprius.

#### De nucibus.

Q Vidam nuces regias appellant eas, quę nūc B nuces ab omnibus nominantur. Sunt & alię quędā, quę *λεπτοκόρυφα* appellant, prædictis multo minores, quas nonnulli *ποντικά*, id est, ponticas seu auellanas uocitant. Multus aut ambarum est usus: alimentū corpori præbent exiguum, copiosius tamen pontica nuncupata, quę nux regia, quę ipsius substantia sit coactior ac minus oleosa: regię autē laxior est, continetque in se ipsa plus pinguitudinis. Habet tamen & adstringentis qualitatē non exiguum, quę tandem procedente tempore marcescit: tota ipsius substantia in succum pingue transmutata, adeo ut cibo prorsus sit inepta, quod sua pinguedine, oleo ueteri adsimilis apparet. Cæterum quę uiridis adhuc est ac humidā, neque adstringentis qualitatē, neque oleosę conspicue est participes: sed magis quodāmodo est *ἐκχία*, id est, qualitatē expers: quod saporis genus aquetum (ut dixi) uocare consueuimus. Coquitur tamen hæc nux facilius quā pontica, stomachoque est gratior, & multo magis quando cum caricis manditur. Traditum autem à plerisque medicis est, hominem à pharmanis letalibus nihil magnopere læsum iri, si utraq; has ante alios cibos cum ruta sumpserit. Liquet præterea, quod humida quidem apta ad deiectionem est: sicca uero, minus. Plerique aut uentris subducendi gratia cum garo etiam ipsam præsumunt: in quem usum uiridis est accommodatior, ut quę adstringentis qualitatē minus sit participes. Quin & siccarum quoque, si prius (quod nonnulli faciunt) in aqua fuerint maceratę, facultas uiridibus est adsimilis.

#### De amygdalis.

A Mygdalę nihil prorsus habent facultatis ad stringentis, sola enim tenuādi facultas ac de tergendī in eis præpollet: qua tum uiscera purgāt, tum humores e pulmonibus ac thorace, sputis expectorant. Quędam autem ipsarum facultatē habent, succos crassos ac lentos incidendi adeo expetantem, ut mandī præ amarore nequeant. Oleosę tamen ac pinguis qualitatē, ut nuces, sunt participes: cuius causā & ipse procedēte tempore fit, ut illę, oleosę: minor tamen eis inest hæc qualitas, quę in nucibus. quod fit, ut tardius quę nuces, oleosę fieri cernantur. Ex ijs sanē intelligi potest, quę neque uentri subducendo conferunt, neque corpus

Galen.

multum nutriunt. Quę uero qualitatem amaram habent præpollentē, eę ad pus & succos crassos ac lentos ex thorace & pulmonibus expuendos plurimum conferunt. Eorum uero, qui nullam artem ad uitam utilem excoluerunt, sed seipsos appellant Atticos, alij fructum hunc, genere scemini no amygdalas enunciarī oportere cōtendunt: alij, neutro amygdala: ne id ipsum quidem, de quo tantopere contendunt, intelligentes, utroque nomine apud uiros Atticos scriptum esse.

#### De pistacijs.

Hæc quidem ad magnam Alexandriam proueniunt, sed multo uberiora in Berrhæa urbe Syrię: parum quidem nutrientia, uerum ad hepatis roborandum, & succos in ipsius uisus infarctos purgandos utilia: qualitatem enim habent aromaticam, subamarā, & subadstringentem. Scio autem & alia huiusmodi pleraque hepatis esse utilissima, quę admodum in opere de simplicibus medicamentis est demonstratum. Porro non ausim affirmare, ullam ex ipsis stomacho accedere utilitatem, aut læsionem insignem: quemadmodum neque, quod alium deiciant, aut sistant.

#### De prunis.

R Arò inuenias hunc fructum austerum, aut acidum, aut in summa in suauitatem quādam habere, cum maturis exacte fuerit. prius enim quę pruna eō maturitatis peruenierint, omnia prope modum, aut acorem, aut acerbicatem, alia amarorem repræsentant. Corpori itaque ex hoc fructu minimum alimenti accedit: utilis tamen est ijs, quibus propositum est, uentrem mediocriter humectare ac refrigerare. ipsum enim non aliter quę prædictorum quędā, subducit cum humiditate sua, tum lentore. Siccatus uero et ipse potest esse usus, quę admodum & siccis. Fama est ea pruna omnium esse præstantissima, quę in Damasco urbe Syrię nascuntur: secunda aut post illa esse, quę in ea regione, quam Iberiam ac Hispaniam nominant, proueniunt. uerū hæc quidem nihil adstringentis præ se ferunt: nonnulla uero Damascenorum, uel plurimum. Optima aut inter ipsa sunt, quę cum mediocri adstringentia magna sunt & laxa: quę aut exigua sunt & dura & acerbissima, præta sunt, tum si esum species, tum si alui deiectionem, quę maxime sequitur eā, quę ex Iberia adferunt. Cocta autem in melicratō in quo plusculum sit mellis, alui admodum deiciunt, etiā si quis sola ipsa sumpserit, & multo magis si post ipsa melicratum sorpserit. Perspicuum autem est, quod ad aluum deiciendam confert post sumptam ipsa, uinum dulce adhibere, temporisque aliquid interponere, non aut statim post prandere. atque etiā id, omnibus quę aluum deiciunt, comune, memoria est tenendum, quemadmodum & alia, quę pluribus speciebus sunt communia, ne de iisdem sæpe audire postules.

#### De fructu quem serica appellant.

N E hæc quidem ausim affirmare, quicquid ad sanitatis tutelam, aut morborum profligationem pertinere. Mulierum etiam atque infantium

effrenatorum est edulium: quod exigui est alimen-  
ti ac concocti difficilis: & præterquam quod sto-  
machum non iuuat, paucum etiam alimenti cor-  
pori exhibet.

De ceratijs, id est, siliquis.

**C**eratia, quorum tertia syllaba per litteram t,  
& scribitur, & pronuntiatur, nihil habent  
cum ceralijs, per scriptis, similitudinis. Est aut  
parui succi edulium ac lignosum: quã rem necessa-  
rio sequitur, ut cõcocti sit difficile: nihil enim quod  
lignosum est, facile coquitur. Quinetiã incommo-  
dum id ipsis inest haudquaquam alpernandum, quod  
non celeriter desiciatur. Proinde satius est à regio-  
nibus orientalijs, in quibus nascitur, ad nos non  
importari.

De cappare.

**C**apparis planta est fruticosa, plurima in Cy-  
pro proveniens. Facultas aut ipsi inest tenui-  
um admodum partium: quò fit, ut, quẽadmodum  
& alia omnia, quę tenuiũ sunt partium, minimum  
alimenti in corpus eorũ qui ipsa uescunt, distribu-  
at. Vtimur aut fructu huius plantę magis ut medi-  
camento, quã ut alimẽto: sale etiã cõpersus, ad nos  
importatur, propterea quod putrescit, si solus repona-  
tur. Perspicuum sanẽ est, quod capparidis adhuc uiridis  
quidem, priusquam salietur, plus habet alimenti: ex sa-  
liura aut amittit quod plurimum, omni quod alimẽto, ni-  
si sal eluatur, prius quidẽ destituitur: alium ta-  
men subducit. Quod si abluatur, & quoad faculta-  
tem omnem ex sale deposuerit, macerẽ, minimi  
quidem alimenti fiet edulium: erit tamen ceu obso-  
nium ac medicamentũ, ad appetentiam quę colla-  
psa fuerit, excitandam, accommodatum: præterea  
ad pituitã, quę in uentre habetur, detergẽdam ac  
subducendam, purgandamque lienis & hepatis ob-  
structiones. Vti autem ad eas res oportet ante ali-  
os omnes cibos ex oxymelite uel oxelæo. Huius  
etiam plantę teneros surculos non aliter quam te-  
rebinthi mandunt, uirides adhuc, ut huius, in ace-  
to simul & muria, aut aceto solo condentes.

De sycomorij.

**P**lantam sycomorij uidi in Alexandria unã cũ  
fructu, parũ sicuti albę adsimilem. Is fructus  
nullam habet acrimoniam: exiguę tamen dulce-  
dinis est particeps, estque facultate, ut mora, humi-  
dior quodammodo, ac frigidior. Quin potius in  
medio mororum ac ficuum iure quis ipsum collo-  
carit, indequẽ nomen ipsi arbitror esse positum.  
ridiculi enim sunt, qui fructum hunc ob id aiunt  
sycomora fuisse nominatum, quod paruis ficibus  
sit adsimilis. Ipsi aut generatio ab alijs arborum  
fructibus, quodammodo est diuersa: non enim ex  
surculis ac germinibus, sed ex ipsis ramis ac stipi-  
tibus enascitur.

Der persio.

**H**anc etiã plantã uidi in Alexandria, ex ma-  
gnisquẽ & ipsa est arboribus. Narrat aut fru-  
ctum huius apud Persas adeo esse noxiũ, ut qui ip-  
sum comederint, interimat: qui tamen si in Aegy-  
ptũ transferat, fit esculentus, manditurque nõ aliter  
quã pira et mala: quibus etiã magnitudine cõuenit.

De citrio.

**I**D quoque malum Medicum apellant, qui id a-  
gunt, ut quę loquuntur, nemo intelligat: tamen  
si inter uirtutes orationis perspicuitatẽ numerat,  
Satius autem fuisset: quãnam partes citrij habe-  
ant facultatem, & quod nam commodum ex ip-  
so hominibus accedat, inuestigasse, quã anxie  
huiusmodi inquirere. Quam ego nunc uestiga-  
tionem ingrediar, dicamque huius fructus tres esse  
partes, acidam, quę in medio ipsius sita est: tum  
autem fructus ipsius uelut carnem, quę medium  
ipsum ambit: & tertiam, quę est tegumentum ex-  
trinsecus circumdatum, quod suaueolens est & a-  
romaticum, nõ odore modo, uerum etiam gustu:  
iure igitur concocti est difficile, ut quod durũ est  
ac callosum. Quod si quis ipso ut medicamẽto uti-  
tur, coctioni nonnihil conferet, quo modo & alia  
omnia, quę acrẽ habent qualitatem. Eadem aut  
ratione, si sumptum parce fuerit, stomacho robur  
inducit. Proinde ipsum cõminuentes, succumque  
[totum] exprimentes, solent medicamentis immi-  
scere, quę per os sumuntur, quęque uentrem diffi-  
cunt, aut totum corpus purgant. Parte aut fructus  
acida & non uesca, quã semen continetur, cum ad  
alia quẽdam utuntur, tum sæpe quod ipsam reddat  
acriorem, in acetum imbecillum cõiungunt. Pars  
autem inter duas iam dictas media, quę sanẽ cor-  
pus etiam nutrit, quęque neque acidam, neque acrem  
habet qualitatem, propter duritiẽ concocti est  
difficilis: ob eam causam omnes ipsam mandunt  
cum aceto & garo, ut saporis hebetudinem acuat.  
fortasse autem quod experientia didicerunt, aut à  
medicis acceperunt, ipsam coqui facilius, si man-  
sa eo modo fuerit.

De fructibus plantarum agrestium inter  
quos sunt quercuum glandes.

**O**mnibus hominibus mos est eas plantas uo-  
care agrestes, quę sine ulla agricolę indu-  
stria in agro proveniunt. Si quidem & uites appel-  
lant agrestes, quas nullus uinitor procurat, ipsas  
ablaqueans, aut circumfodiẽs, aut pullulantia ger-  
mina extirpans, aut eiusmodi aliquid satagens. Ex  
quo plantarũ genere est fagus, quercus, ilex, cor-  
nus, comarus, & alia id genus arbores: quemad-  
modum & frutices quidam, ut rubus, canirubus,  
acherdus, pirus, & prunus syluestris, quam *πρω-  
μυρ* apud nos appellant, & qui frutex *ἰωμυλιδας*  
fert. Appellatur autem is fructus in Italia unedo,  
stomachoque nocet, & capiti dolorem adfert, acer-  
busque est admodum cum exigua quadam dulcedi-  
ne. Cornis quidem, & canirubi fructu, & glandi-  
bus, et *μικρολεις* (sic aut comari fructus appellat)  
rustici passim uescuntur: reliquarũ uero arborum  
aut fruticũ fructibus non admodũ utuntur. Cum  
tamen fames regionẽ nostrã aliquando inuasisset,  
effectque magnus glandium ac mespilorum proven-  
tus, rustici in folijs ipsa cõdẽtes, hyeme tota & ue-  
re primo, pro frumentaceis edulij, sunt usi. Prius  
autem glandes huiusmodi, suis erant pabu-  
lum: Tunc uero, cum eos hyeme nutrire, ut ante  
confue-

confutuerant, non possent, initio quidem mactantes, ipsis in cibo sunt usi; post autem apertis fossis, glandibus uesci coeperunt, uarie ipsas ad esum comparantes. Interdum enim in aqua elixabant, & in calidis cineribus celantes, mediocriter assabant, post autem nonnunquam comminuentes, pultarium ex ipsis conficiebant; alias aqua sola conspergentes, sed condimentum aliquod immittentes; alias mel affundentes, aut lactu incoquentes. Ab his autem copiosum est nutrimentum, neque quidquam est eorum quæ hactenus hoc secundo libro exposui, ei simile. Quandoquidem glandes æque nutriunt, ac frumentaceorum eduliorum pleraque. Atque olim quidem (ut ait) homines ex ipsis duntaxat uiuebant: Arcades autem, cum reliqui Græci fructibus cerealibus uterentur, eas diu in cibo retinuerunt. Alimentum autem, quod ex glandibus corpori accedit, tardi est transitus, ac crassi succi; quas res cõsequitur, ut ipse cõcoctus sint difficiles. Cæterum *μυμυλλος*, glande querna, ad omnia est deterior; quemadmodum hæc, glande castanearum quas uocant. Omnium enim glandium hæc sunt præstantissime. Sunt qui hos fructus *λοπίμους* appellant. hi namque inter fructus agrestes & soli alimentum corpori dant memorabile. Corna enim & ligna glans, et rubi, et canirubi fructus, brabyla, *μυμυλλας*, xinypha, diosphyra, alycaca, terebinthi & acheridi fructus, & quæ eiusdem sunt generis, exigui quidem habent alimentum, uerum prauis succi sunt omnia; præterea nonnulla ex ipsis sunt, quæ & stomachum lædunt, & cibo sunt iniuncta; ob id, suum sunt pabulum, & eorum quidem non domesticorum, sed qui uitam in montibus degunt; his enim nutrimentum ab ijs fructibus plurimum accedit.

De alimento, quod à plantis ipsis sumitur.

Non modo plantarum semina ac fructus, sed etiam integras ipsas sèpenumero mandimus: sæpe autem, cum interdum urget necessitas, radices tantum, aut surculos, aut nouella germina. Nosstrates certe homines quanquam raparum (quas & humiadas nominant) folia & caulem abijcere sunt soliti, nonnunquam tamen penuria melioris cibarii, ipsa quoque mandunt. Pari modo in radiculis & ijs, quæ apud nos nomine uernaculo *rhapia* appellant. Est autem hæc planta (ut sic dicam) agrestis radícula. Ad hæc pyrethron, sion, equapium, foeniculum, scandicem, cichorion, chondrillam, gingidion, daucon, & plurimarum arborum ac fructuum tenera germina cocta, homines fame adacti, sæpe mandunt; quædam etiam nulla urgente fame, ut qui palme uerticem mandunt, quæ ipsius cerebrum appellant. Quid iam loquar de teneris spinis? manduntur enim & ipsæ cum aceto & garo, nulla cogente fame, estque cibus hic tolerabilis. Sunt qui oleum etiam ipsis adijciant, præsertim cum prius in aqua ferbuerint. Videntur enim ipsis bifariam, sæpe quidem crudis, interdum autem & elixis. Porro spinosas plantas appello, scolimon, atractylida, eringion, cnicon, atragida, & quam spinam albam nominant, præterea speciem alteram chamæleon.

Galen.

tis: quorum nonnulla rustici quidam in acetum muriamue immittentes reponunt, eodem modo quo rapas, capas, & quæ uocant ampeloprasa, pyrethron, & alia eiusmodi. Huius autem generis sunt cibaria, colocasia, & quod abaton nuncupat. Manifestissimum autem est, quod omnia hæc, præterquam quod exiguum corpori dant alimentum, sic cum etiam prauum generant. Ad hæc quædam ex ipsis noxam stomacho adferunt; præter (ut dixi) spinas, quæ nunc nuper è terra emerferint. Quæ uero ex ipsis in muriam acetum ue iniicientes, reponunt, & in totum annum sequentem asseruant; ab ipsa præparatione uim quandam prouocandæ appetentiæ acquirunt, si quis ipsis moderate utatur; cuiusmodi sunt uiticis turiones, & terebinthi. Hæc itaque in plantis agrestibus numerant; de quibus id communiter nosse sufficiat, quod omnes prauis sunt succi. Quod uero ad domesticas attinet non communiter, sed priuatim cuiusque facultatem nosse longe præstantissimum fuerit, & earum potissimum, quibus assidue utimur; quæ etiam ob id ipsum à nobis expetuntur, quod ea longa experientia comprobata sunt, cæteris esse præstantiora. De ijs igitur deinceps uerba faciemus, sumpto ab oleribus initio.

De lactuca.

Multi medici, quæadmodum fructibus autumni, nalis, ficus: ita hoc olus alijs omnibus anteposuerunt. succi enim est, quæ alia omnia, laudabilioris. Quod autem in eo nonnulli reprehendunt: id in maxime est laudandum, quod si reuera ei inesset, nulli, non olerum modo, sed ne optimi quidem ac nutritissimi succi eduliorum esset secundum. Sanguinem enim alit lactuca generare. Alij uero non simpliciter sanguinem dicunt, sed multum adiungunt, lactucam sanguinem multum generare affirmantes. At hi etiam si prædictis prudentius ipsam accusant, magis tamen mentuntur; tamen si id ipsi sunt, quod multum sanguinem generat, nemo potest in ea iure reprehendere, per spicuum enim est, quod cibus is succum habet omnium ciborum præstantissimum, siquidem sua præ natura sanguinem quidem plurimum, aliorum autem succorum nullum generet. Quod si dixerint ex lactuca plurimum sanguinis aceruari, in eoque ipsam accusent, facillimum erit quod obijciunt, refellere; cum possint, qui lactucis uescuntur, laborem quidem augere; ipsarum autem esum minuire. Verum hæc dixisse sufficiat aduersus eos, qui olus hoc non recte uituperant. Scire autem conuenit, quod cum olera omnia sanguinem gignant paucissimum ac prauis succi, lactucam non multum quidem generare, neque mali succi, non tamen omnino laudabilis. Mandunt autem ipsam, ut plurimum quidem, crudam. cum autem æstatis tempore accingere sese ad semen producendum coeperit, in aqua dulci præcoctam sumunt cum oleo, garo, & aceto, aut cum aliquo salsamentorum, condimentorumue, & eorum potissimum, quæ cum caseo parant. Plerique autem prius quam in caulem assurgat, ipsa utuntur, a quæ incoquentes: quod ego nunc, ex quo dentes mihi

Tom. 2

c 3

male

male habet, coepi facere. Quidā meorū sodalium, conspicatus olus id iam olim quidē mihi esse con-  
fuetum, nunc tamen ipsius esum esse permolestū,  
author mihi fuit, ut ipsum coquerē. Aetate autem  
iuuenili, cum mihi uentriculus bili assidue infesta-  
retur, lactuca, quod ipsum refrigerare, utebar; cum  
uero ad aetatem declinantē perueni, hoc olus fuit  
mihi aduersus insomniā remedio. tunc enim, con-  
tra ac in iuuentute, somnum mihi dedita opera  
conciliabā. graue enim mihi erat, prater uolunta-  
tem uigilare, quod mihi accidebat, partim quod  
in iuuentute meapte sponte uigilijs assueuerā: par-  
tim, q̄ declinantium aetas ad insomniā admodum  
est propensa. Itaq̄ lactuca uespere cōmansa, uni-  
cum mihi insomniā erat ἀλεξισφάγμακον. Ceterum  
βριδ' ακινυγ' nil aliud uoco quā quod nunc homi-  
nes βριδ' ακα appellunt, quandoquidē apud nos  
aliud quoddā est olus agreste, quod βριδ' ακινυγ' nun-  
cupatur, quod in uisjs ipsis nascitur, & locis fossa-  
rum eminentioribus, & praterea herbosis aquo-  
sis uel (quā Greci λιβ' ακας appellant) ac plerisque  
incultis. Exiguū autem est id olus, instar lactu-  
cæ hortenſis nunc nuper enata, amarorisq̄ quid-  
piam prae se fert, & multo adhuc magis dum ado-  
lescit, ubi autem caulem iam produxerit, saporem  
amarū habet uel manifestissimū. Porro huic  
lactucae aliud praterea olus est simile, quam chon-  
drillam appellant, quā citius in caulem affurgit,  
amaritudinēq̄ habet magis perspicuā, & lentum  
quendam succū albumq̄, cuiusmodi est tithymal-  
lorum succus, non tamen acer perinde ut ille; uti-  
murq̄ interdum ipso ad pilos in palpebris regluti-  
nandos. Hæc igitur olera, quod à hortensibus secer-  
nantur, agreſtia nuncupantur: de quibus paulo an-  
te cōmuniter tradidimus. De lactuca autem hor-  
tenſi, quam omnes mandere, & βριδ' ακας nomina-  
re cōsueuerunt, summam rursus memoriæ cau-  
sa repetens, dicam ipsam, succum quidem habere  
frigidū & humidū, nō tamen prauū esse succi,  
quod fit, ut neq̄ coctiōe penitus excidat, neq̄, quo  
modo reliqua olera, uentrem sistat, quemadmodū  
etiā non proritat, quā ipsi iure accidunt, ut quē nī-  
hil habeat, neq̄ austeri, neq̄ acerbī, à quibus in u-  
niuersum uenter sistitur: quemadmodum à salis  
& acribus, & omnino ab ijs, quā uim quandā ha-  
bent detergendi, ad excretionem incitatur, quo-  
rum etiā nihil lactuca inest.

De feri.

Nūm quos solos Romani intybos appellāt,  
ueteres Athenienses feres duntaxat nomi-  
narint, an & alia quādam olera agreſtia, nequeo  
certō affirmare. Ceterum intybi facultatem ha-  
bent lactucis adsimilem: suauitate tamen, & alijs,  
quā supra de lactucis fuerunt comprehensa, ab  
ipsis relinquuntur.

De malua.

Quemadmodum βριδ' ακινυγ' quā lactuca agre-  
ſtis, ab hortensī: ita malua agreſtis, à satia  
est diuersa. Plantæ enim congeneres in eo inter se  
dissident, quod agreſtis quidem siccitate, satia

uero humiditate superat. Porro succo malua len-  
tor quidam inest, quod lactuca non inest, à refri-  
gerandoq̄ abest perspicue. id quod etiā anteq̄  
edas, intelliges, si utrunq̄ olus uiciſſim calido cui-  
piam affectui, ut eryſipelati, cataplasmatibus modo  
adplicueris: quod etiā uulgo faciunt, tenera fo-  
lia diligenter ad exactum lauiorem conterentes.  
Senties enim in hoc cataplasmate lactucā quidē  
manifeste refrigerare, malua autem, calorem  
quendam habere moderatum ac tepidum. Cæte-  
rum hoc olus facile subducitur, nō modo propter  
humiditatem, uerumetiam propter lentorē, & po-  
tissimum quādo quis cum oleo & garo copiosam  
ipsam sumpserit. Nutrit autē & ipsa mediocriter.  
Nam si triū horum olerū succum cōpararis, betæ  
quidem, tenuiū est partium, tergendiq̄ facultate  
est præditus: malua autem, crassius magis est &  
lentus: lactuca, inter utrunq̄ est medius.

De beta.

Malua quidem, ut lactucam, diximus non  
modo esse satiam, sed aliam etiā quan-  
dam esse agreſtem: nulla autē beta est agreſtis, nisi  
quis lapathon ita nominare uelit. Succus autem  
betarum tergendū uim habet manifestam: adeo ut  
uentrem ad excernendum excitet, & stomachum  
interdū mordicet, præſertim quibus natura sensu  
exactiore est præditus: ob idq̄ edulium id stoma-  
cho est noxiū, si largius sumatur: corpori autē ab  
ipsa, ut ab alijs oleribus, paucum alimentum acce-  
dit. Verum obstructum hepar, malua magis ape-  
rit, & multo magis, si cum sinapi, aut omnino sal-  
tem cum aceto mandatur. Lienosis item eodē mo-  
do sumpta, utile est medicamentum. Iure enim  
quis ipsam ita mansam medicamentum potius q̄  
alimentū dixerit: uidemusq̄ homines ferē omnia  
eiusmodi, obſoniorum non alimentorū uice elita-  
re: quemadmodum etiā interdum porrum man-  
dunt, & pulegium, thymū, origanum, capā, præ-  
terea & allium, & cardamum, & alia id genus.

De brassica.

Hanc quoq̄ pleriq̄ ut obſonium mandunt:  
medici autem ut siccantē medicamento u-  
tuntur. Dicta autem iam quedā de hac fuerunt in  
libris de medicamentorum facultatibus, tum etiā  
am libro superiore. Nunc autē summam dice-  
mus, ipsius quidem succum facultatē habere pur-  
gatricem: corpus autem ipsum, communi siccantē  
ratione listere magis, q̄ ad deſciendū incita-  
re. Cum igitur, quā in uentre continentur, excernere  
uoluerimus, ē propinquo caccabo, in quo co-  
cta cum aqua fuerit, extractam ipsam protinus in  
uasa, in quibus oleum cum garo paratum fuerit,  
conſicere cōueniet: nihil autem retulerit, si salem  
loco gari sumpseris. Quod si humentem aluū sic-  
care uoluerimus, priorem aquā, ubi brassica me-  
diocriter cocta uidebitur, effundentes, aliā calidā  
mox inſiciemus: ac deinde rursus brassicā, quo-  
ad contabuerit, ei incoquemus: quod nō facimus  
cū uētris gratia deſciendū sumit. uolumus em̄ hoc  
casu propriū ipsius succum omnē non deponere.

sed

sed quoad fieri maxime licet, retinere. Porro nihil a quod coquitur, propriū succum seruare omnino potest; quin potius omnem abijciat, si coctum diutius fuerit. Quin & lenticulam diximus eodē quo brassicam modo oportere parare, ut quæ utrunq; possit efficere, uētris subductionem scilicet, & cohibitionem. Vocatur autem quæ sic paratur, bis cocta, non lens modo & brassica, sed & cæpa & porrum, & multo magis ampeloprasum & alliū. Quod siquid aliud à ueteri natura ad contrariam uelis traducere, sic parabis, huius ante omnia memor, nihil quod bis coquitur, oportere, neq; aerē, neq; aquam frigidam contingere; non enim poterit amplius, etiam si diutissime coxeris, plane tabescere, sed oportet, ut paulo ante diximus, aquā calidam habere paratam, ut cum ex priore extraxeris, in illam protinus conijcias. Lens itaq; & brassica æquali inter se mensura siccant, ob idq; uisum hebetant, nisi forte totus oculus humidior fuerit quàm naturalis habitus postulet. At lens quidem non exiguum corpori dat alimētum, idq; crassum ac melancholicum; brassica uero paucum habet alimentum, idq; quàm lens humidius, ut quæ edulium est non firmum, sed laxum: succum tamē habet non probum ut lactuca, sed prauum & graueolentem. Quod uero ad urinas attinet, nihil ipsas (quod sciam) insigniter neq; prouocant, neq; morantur. Qui per diutissimam ac falsam doctrinam cōsecrantur, olus hoc *ῥαψανον* contendunt appellari: perinde ac si iam cum ijs Atheniensibus, qui ante sexcentos annos fuerunt, nobis esset sermo, non cum Grecis qui nunc sunt, quibus omnibus mos est, in nulla alia planta, brassicæ nomine uti.

De atriplice & blito.

Hæc sunt alijs oleribus aquosiora, & ut sic dicā, *ῥοια*, id est, qualitatē expertia, magis quàm cucurbita, aut saltem nō minus, cum cocta uidelicet fuerint. Sola enim inter eiusmodi olera, lactuca utroq; modo manditur. Quod si quis atriplicis & bliti qualitatem gustu affecutus, brassicæ deinde recorderetur, fatebitur lactucam esse in medio horum olerum & brassicæ, quando hæc quidem siccatur admodum: illa autem omnino sunt aquea. quod fit, ut non ex solo oleo & garo ipsa mandant, sed acetum etiam iniiciant: alioquin em stomacho sunt noxia. Dictum autē nobis fuit, quod olera huiusmodi ad facilem deiectionem quodammodo sunt propensa, & potissimū, si cum humiditate lubricum quiddam habeant: propensio nem tamen, ac momentum pessum habent nō forte, sed exiguum, propterea quod nulla qualitas ipsi inest acris aut nitrosa, quæ uentrem ad excernendum excitet. Manifestum porro est, quod alimentum à seipsis corpori præbent exiguum.

De portulaca.

Quidam portulaca utuntur ex cibo: nutritum autem habet exile, idq; humidum & frigidum & lentum: ut medicamentum autem, stuporem dentium sanat suo lentore morsus experte, de qua fusius in opere de medicamentis paratu fa-

cilibus tradimus.

De lapatho.

Icet cuius, ut ante diximus, lapathum, appellare betam agrestem, ut quod non gustu modo, sed uiribus etiam betæ hortenſi est ad simile: uerū cum beta lapatho sit suauior, idcirco nemo est, qui non ipsa libentius uescatur. Proinde nihil est q̄ ego plura de lapatho commemorem, cum omnia, quæ opus erant, in beta exposuerim.

De oxylapatho.

VEL nomen ipsum, plantæ huius qualitatem ac uires indicat: est em lapathum acidū. Quod aut ad lapathum attinet, nemo est qui crudum ipsum mandat: quemadmodum neq; betam: oxylapathum tamen mulieres rusticæ pica laborantes, interdum & pueri quidam gulosi crudum manducant. Perspicuum aut est, q̄ olus hoc ex eorum est genere, quæ non nutriūt multo magis q̄ lapathū.

De solano.

INTER ea olera quibus uescimur, nullum noui, quod tantam habeat adstrictionem, quantā solanum. Merito igitur raro quidem ipso utimur ut alimento, ut medicamento aut assidue. efficax em est in ijs, in quibus adstrictionis refrigerantis usus incidit: minimi autem est alimentī.

De plantis spinosis.

PER ique rusticorum plantis huiusmodi ē terra nunc nuper emerſis, prius q̄ ipsarū folia in spinas desinant, uescuntur, non crudis modo, sed in aqua etiā elixis: crudas quidē aceto et garo intingentes: coctis uero præter hæc oleū adfundentes. Quod aut olera omnia nutrimentū habeant paucissimū, & ipsum quidē tenue & aquosum, dictū supra nobis fuit: spinosa uero stomachū mediocriter iuuant. Inter has plantas sunt scolimos, atrachylis, & quam spinam albam appellant, dipsacus, cnicus, tragacantha, atragis, & quam pluris quàm conueniat, æstimant, cinara.

De cinara.

OMNES qui uulgarem consuetudinē fugiūt, plantam hanc *κύναρα* appellant, non per & & c, sed per & & u primam syllabam pronunciātes. Præui aut succi est edulit, & maxime cum plusculum iam obduruerit. Etenim tunc succū biliosum in seipsa continet copiosiorē, totamq; substantiā habet duriorē: adeo ut ex ea quidem succus melancholicus: ex ipso aut succo, tenuis ac biliosissimus gignatur. Satiū igitur fuerit, ipsam elixā mandere, sic, ut si quis cum oleo, garo, & uino ipsam summat, coriandrum iniiciat: sin uero in patina paret, aut fringat in sartagine, hæc semoueatur. Multi em eo modo ipsarum uelut capita, quæ spondylos nominant, mandunt.

De apio, equapio, ſio, & smyrnio.

Hæc omnia urinas cient, inter quæ apium est uisatissimum & suauē, & stomacho gratū: equapium autem, & ſion, insuauiora: smyrnium uero nō est inusitatum, siquidem Romæ maxima copia uēditur, acriusq; multo est, q̄ apium & calidius: præterea aromaticō etiā habet quidpiā. Proinde urinas prouocat ualētius, q̄ apium, equapiū, & ſi.

& sion, mensesq; mulieribus mouet. Vere autem A  
caulem producit, qui crudus uescus est non aliter  
quàm folia, quæ hyeme sola plantæ inerant caulē  
nondum habenti, ut neq; tum apium habet. Postea  
uero accedente caule, tota planta iucundior reddi-  
tur, siue quis crudam ipsam, siue elixam mandat,  
siue cum oleo & garo, siue uinum uelit adijcere, si-  
ue acetum. Sunt qui cum aceto solo & garo man-  
dant, quo modo et apium; alij autem olei non nihil  
ijs adijciunt. Cæterum equapium & sion cocta  
manducant: utrunq; enim ipsorum crudum, est in  
suaue. Sunt qui apium & smyrnium, folijs lactuce  
mista, manducant; nam cum lactuca olus sit insipi-  
dum, succumq; præterea habeat frigidum, nō mo-  
do suauior, sed utilior etiam redditur, si acrium ole-  
rum quoddam adsumperit: ob eam certe causam B  
nonnulli erucæ ac porri folia, alij ocimi ipsis admi-  
scent. Romæ autem uulgo iam omnes homines  
olus id non smyrnium, sed olus atrum nominant;  
quod forte aliquis omnino ne inter alimenta qui-  
dem numerare dignabitur, quemadmodum neq;  
sion, neq; equapium: sed omnia huiuscemodi sta-  
tuet ciborum esse opsonia, quemadmodum & ce-  
pas, & allia, & porra, & ampeloprasa, & (ut in sum-  
ma dicam) omnia acris. Huius autem generis est  
ruta, hyssopus, origanum, fœniculus, coriādrum,  
de quibus in commentarijs de opsonijs, disputa-  
tur: qui medicis quidem & cocis quodammodo sūt  
communes: finis tamen utrorūq; ac scopus, est pe-  
culiaris. Quandoquidem nos utilitatem, quæ ex  
cibis provenit, spectamus, non uoluptatem. Qui C  
hufdam tamē cibi insuauitas, magna ex parte cau-  
sa est, quò minus ipsum conficiant. Ob eam igitur  
causam, satius fuerit, cibos mediocriter cōdire. Co-  
quorum autem suauitas, condimentis ut plurimū  
uti consueuit adeo prauis, ut ipsa coctioni plus no-  
ceant, quàm commodent.

#### De erucā.

Hoc olus manifestissime calfacit, proinde so-  
lum ipsum mandere, nisi lactucæ folijs mi-  
sceatur, non est facile. Semen autem generare cre-  
ditur, & coetidi appetitum excitare. Capiti etiam  
dolorē infert, præsertim si quis ipso solo uescatur.

De acalyphe, id est, urtica, quam &  
cidem nominant.

Herbarum agrestium una hæc est, tenuitūq;  
est partium ac uirium, unde nemo ipsa ut ali-  
mento iure utitur, nisi fame maxima prematur: uti-  
lis autem est, ut obsonium ac medicamentū, quod  
alium desiccat.

#### De gingidio & scandice.

Gingidij maximus est in Syria prouentus:  
manditurq; non aliter quàm scandix apud  
nos, stomachumq; admodum iuuat, siue crudum,  
siue elixum ipsum mandere uelis; elixationem au-  
tem diuturniorē non tolerat. Sunt qui ipsum mā-  
dāt cum oleo & garo, alij autem uinum uel  
acetum inijciunt, multoq; magis ita stomachū iu-  
uat: collapsamq; appetentiam, si cum aceto sumā-  
tur, excitat. Perspicuum porro est, quòd hæc her-

ba medicamentum potius est, q̃ alimentum. Ha-  
bet enim perspicue adstrictionem, & amarorem  
non mediocrem.

#### De ocimo.

Periq; hoc quoq; utuntur ut obsonio, cum o-  
leo & garo ipsum mandentes: uitiosi autem  
est succi: quæ res impulit quosdam, ut falsa de eo  
prodiderint, affirmantes ipsum celerrime paucis  
diebus scorpiones generare, si tritum in ollam in-  
anem immitteretur, & potissimum, si quis quoti-  
die ollam ad solem calfecerit: uerum id quidē fal-  
sum est, uere aut ipsum dixeris olus stomacho esse  
noxium, prauiq; succi, & concoctu difficile.

#### De fœniculo.

QVemadmodum anethum, ita fœniculus in-  
terdum sua sponte nascitur: serunt tamen &  
ipsum in hortis: utunturq; assidue anetho quidem,  
in condimentis: fœniculo autem, etiā ut obsonio.  
Nam apud nos reponunt ipsum, eodē modo quo  
pyrethrum & terebinthum componentes, adeo  
ut in totum annum sit utilis: quemadmodum cæ-  
pas componunt, & rapas, & alia id genus: quorū  
alia quidem cum aceto solo, alia cum aceto & mu-  
ria simul componunt.

#### De asparagis.

UTrum syllaba secunda nominis asparagi per  
ph, sit pronūcianda, an per p (ut omnes nūc  
proferunt) disquirere nunc, non est propositum.  
Hæc em scribimus ijs, quibus sanitatem tueri est  
propositum, non sermonis Attici affectatoribus,  
qui sanē in eo uidentur, neq; Platonis scripta, neq;  
ipsum mentem intelligere. Cum igitur Græci pro-  
pemodū omnes, teneros caules, quo tempore ad  
fructus ac seminis productionem augeſcunt, aspa-  
ragos per p, appellent, ipsorum facultatem expo-  
nemus, ijs, qui ipsis utuntur, quo lubet nomine ap-  
pellare permittentes. Multa sanē olera, & in summa  
plantæ multæ, si apte natura huiuscemodi germi-  
na producunt quidem, non omnia tamen mandū-  
tur: ob eam causam (ut in alijs antea fecimus) de  
ulterioribus uerba faciemus. Brassicæ igitur ger-  
men (quod nonnulli κνμα etiam nominant, arbi-  
tror per contractionē nominis trysyllabi κνματος)  
minus quàm brassica ipsa siccatur: tametsi aliorum  
olerum caulibus temperatura est ut plurimum, q̃ so-  
lia, sicciorē, potissimum cum iam prope est, ut se-  
men profundant. Dico autem alia olera esse hæc,  
lactucam, attriplicem, blitum, betam, maluam. Cō-  
tra uero accidit, utradiculæ asparagus, & rapæ, si-  
napi, cardami, pyrethri, et omnium propemodum  
acrium & calidorum sit humidior. Bulbus autem  
& apium, sion, eruca, ocimum, oxylapathum, la-  
pathum, & omnes oleracei generis herbæ ante q̃  
semen effundant, eiusmodi caulem quandam pro-  
ducunt, qui post semen effusum siccatur, sitq; ad ci-  
bum hominibus inutilis. Hæc autem omnia aque  
incocta mandunt cum oleo & garo, paucō aceto  
adiecto: ita em iucundiora sunt, stomachumq; ma-  
gis iuuant: alimentum tamē paucum dant corpo-  
ri, & id non boni succi.

De



## De alio genere asparagorum.

**A**liud autem asparagorum est genus, quod in plantis fruticosis prouenit, oxymyrline, chamædaphne, & oxyacantha. Ab ijs præterea alij sunt diuersi, quorum alius regius, alius *ῥαγος* nominatur: quemadmodum & alius est bryoniæ ab ijs diuersus. Omnes autem stomachum iuuant, urinasque cient, & parum nutriunt. Si tamen ij belle conficiantur, tanto firmitus alunt, quam olerum asparagi, quò ipsi sunt sicciore. Porro arborum ac fruticum germina inter se quodammodo sunt similia, non tamen omnino eadem: arborum enim germina sunt lignosiora. Proinde de ipsis quoque seorsum nobis deinceps est dicendum.

## De germinibus.

**A**rborum ac fruticum germina, olerum asparagis proportionem respondent. Sunt enim hæc quoque productiones quædam, cum planta ipsa fructum parat producere. In eo tamē differunt, quòd arborum quidem stipites (qui cauli oleaceorum & herbaceorum proportionem respondet) perpetuo manent: in illis autem caulibus est annuus. Omnia igitur arborum ac fruticum germina, aquæ incocta mandari possunt, præter insuauia quædam ac medicamentosa: cum tamen uulgo alijs cibis præstantioribus adfluunt, illis abstinent: uescuntur tamen, urgente fame. Nam nutritur & ipsa aliquantum, si confecta probe fuerint. Omnium autem præstantissima sunt, terebinthi, & uiticis, uiticis, tunc, rubi, & canirubi germina. Nostrates autem terebinthi germina in aceto, uel muria & aceto simul, cōden-

tes reponunt.

## De discrimine quod partibus plantarum esculentarum inest.

**O**ptarem uera esse, quæ Mnesitheus in opere de alimentis conscripsit. Vniuersalia enim præcepta, si uera sunt, multa paucis uerbis docet: quemadmodum, si falsa sunt, multum sunt perniciofa. Quæ igitur Mnesitheus de partibus plantarum in uniuersum præcipit, hæc sunt. Primum igitur radices omnes concoctæ sunt difficiles, turbæque inferunt: uerbi gratia, radiculæ, alij, capæ, rapi, & reliquorum eiusdem generis. Quorum enim radix, seu quod intra terram prouenit, est esculentum, omnia hæc, inter ea, quæ concoctæ sunt difficilia, numerantur. Nam cum radices, sursum omnibus plantarum partibus mittant alimentum, accidit ut humorem multum in seipsis colligant, cumque crudum habeant plurimum: neque enim fieri potest ut ipse totus sit concoctus, quando quod coctum est, id perfectum esse uidetur. Atqui humor quira dicibus inest, alibi in partes plantæ distributus, coctionem perfectam acquirat necesse est: partes enim omnes à radicibus alimentum recipiunt, necesse igitur est, ibidem humores crudos acuari: quo loco coctionem absolutam quæ fit in partibus superius, expectant. Non abs re igitur in radicibus plurimum humoris crudi continetur. Merito sane & corporibus nostris alimentum ab ijs relinquatur

**A** humidum ac turbationis plenum. Hæc tibi Mnesitheus est sententia, quæ uerbis quidem uidetur probabilis, experientia autem falsa esse conuincitur. Siquidem radiculæ radicem habent caule ipso ac folijs multo acriorem, similiter & capæ, ampeloprasum, porrum, & allium. Quòd si betæ quoque, & maluæ, & rapæ radicem comparare ad folia uolueris, plus uirium in ea inuenies: quemadmodum & in althæa, quæ agrestis quædam malua esse uidetur. Nam radix ipsius ut & betæ, cum tumores multos pituitosos discutiat, facultatem suam indicat: id quod ipforum folia nequeunt efficere. Quin & plantarum medicamentosarum, quibus radices prædictis sunt similes, folia sunt imbecilliora, ut cyclamini, scyllæ, ari, draconij, ac complurium aliorum. Ut enim in alijs plantis substantiæ pars maxima, in caule est ac stipite: ita in ijs, in radice. quam radicem ipsarum natura auget maxime, ac nutrit: & quod in ea probe confectum non fuerit, in folia et caulem excernit. Hæc igitur hyeme radicem habent magnam: uere autem, cum semen parant producere, caulem proferunt. Videtur autem natura in animalibus quoque interdum totius substantiæ animalis excremento (quemadmodum & Aristoteles prodidit) ad partium quarundam non necessarium procreationem abuti, ut in ceruis quiddam ad cornua: in alijs autem animalibus ad pilos ac spinas multas et magnas producendas. Tutius itaque que est, gustantem prius atque olfacientem, singulas plantarum partes ipsas per se explorare: post autem mandentem experiri. Quandoquidem olfactus ac gustus, cuiusmodi saporem ac odorem pars plantæ habeat, edocentes, cum ijs etiam temperamentum omne statim ostendunt. Experientia autem, si modo quis ipsam cum proprijs limitationibus fecerit, facultas ipsa plane inuenitur. Interdum etiam cum ijs, ipsius plantæ consistentia cum succo, qui ipsi inest, indicat. Quædam enim succum habent humidum quendam & aqueum, aliæ crassum uel lentum, quos etiam succos priuatim rursum gustare conueniet. Quidam enim ex ipsis sunt acres, aut acidi, aut amari, alij salii: quemadmodum & quidam ipforum sunt austeri, alij acerbi, alij aquei aut dulces. Non est igitur audiendus Mnesitheus, tãquam uerum in uniuersum dicat, sed potius singulæ plantarum partes, ipsæ per se experientia examinandæ.

## De rapis.

**H**uius plantæ (quam *ῥαγιδία* aut *βρυάδια* hapelles licet) oleraceum quidem est, quod terra extat: radix autem quæ terra continetur, dura quidem est, nisi coquatur, & non esculenta: atque autem incocta, nulla plantarum congenerum minus nutrit. Hanc quoque uarie uulgo adparat, adeo ut in muria uel aceto condentes, in totum annum ipsa utantur. Succum autem in corpus distribuit mediocri crassiore: proinde si quis ipsa liberalius uescatur, succum crudum, quem uocant, acruabit, potissimum si ipsam minus iusto in uentriculo cōfecerit. Quod uero ad uentrem attinet, nemo



nemo ipsam neque desiccare, neque sistere dixerit, proferit cum cocta belle fuerit. Coctionem enim diuturniorem postulat: eaque est laudatissima, quae cocta bis fuerit, quemadmodum prius de eiusmodi preparatione docuimus. Quod si sumpta crudior fuerit, concoctu est difficilius ac flatulenta, stomachoque noxia. Nonnunquam autem & uentre mordicat.

De aro.

**M**anditur & huius plantae radix eodem modo, quo rapum. In quibusdam autem regionibus acrior quodammodo prouenit, ut prope ad draconis radicem accedat: & dum ipsam coquis, priore aqua effusa, in aliam calidam conuenit conijcere: quemadmodum in brassica ac lente diximus. Ad Cyrenem autem planta haec a nostrate est diuersa. Nam in illis locis arum minime est medicamento sum & acre, ut rapis etiam sit utilius: idcirco hanc quoque radicem in Italiam aduehunt, ut quae longiori tempore imputris & sine germine possit perdurare. Perspicuum autem est, quod talis in cibo quidem est praestantior: si quis tamen humores crassos uel lentos in thorace & pulmonibus collectos, tunc si uelit eijcere, acrior ac medicamento sa magis, est praefenda. Manditur autem & aquae cum linapi uel aceto incocta, cum oleo & garo, atque etiam cum condimentis, quae Graeci *ὑποσπικυατα* nominant, saleque & ijs, quae ex casco parantur. Non obscurum etiam est, quod succus, qui ex ipsa in hepar & totum corpus distribuitur, ex quo animalia aluntur, crassior quodammodo est, quemadmodum de rapis diximus: potissimum cum radices ipsae, qualitatibus medicamentosae fuerint expertes: cuiusmodi sunt quae Cyrenis adferunt. Quandoquidem apud nos in Asia arum magna ex parte est acris, facultatemque habet etiam medicamentosam.

De draconio.

**H**uius quoque radicem bis ter uel elixantes, quoad medicamentosum omne deposuerit, nonnunquam exhibemus mandendam, quemadmodum & ari, quando humores crassi & lenti, qui in thorace ac pulmonibus habentur, ut maiore indigent. Commune autem id in omnibus cibariis memoria est tenendum, quod acra quidem & amara, si edantur, corpus parcius nutriunt: insipida autem & ijs adhuc magis dulcia, multum: & multo magis, si compactam habeant substantiam, ut neque humida sint consistentia, neque crassa, neque laxa. Haec certe si perpetuo memoria tenueris, & praeterea attenderis, num singula quae explorant, dum elixantur, aut assantur, aut in sartagine parantur, suae qualitatibus uehementiam deponant, nihil erit quod a me de omnibus speciatim audire desideres, sed (quod in alijs feci) ea potissimum exponam, quibus assidue uestimur.

De asphodelo.

**R**adix asphodeli & magnitudine & figura & amarore scillae radici quodammodo est similis: si tamen, ut lupini, parcutur, maximam partem sui amaroris deponit: in eoque a scilla discrepat. Na

scillae qualitas difficillime eluitur. Hesiodus certe asphodelum laudat, cum sic ait, Nec quanta in malua atque albuco sint bona norunt. Equidem noui quosdam rusticos, qui grassante fame, uix tandem compluribus elixationibus macerationibusque in aqua dulci, esculentam ipsam reddiderint. Porro haec quoque radix, quemadmodum & draconis, facultatem habet tenuandi atque aperiendi. Proinde quidam pro summo remedio ipsius asparagi ictero laborantibus exhibent.

De bulbis.

**B**ulbi quoque eiusdem cum praedictis sunt generis. Manditur enim ipsorum radix sine folijs: uere autem, interdum & asparagus: facultatem autem habet in se amaram & austeram, eamque insignem. unde etiam stomachum exolutum, ad appetendum quodammodo excitat: & quanquam corporis substantiam habeat crassiorem ac lentam magis, non tamen aduersatur ne ijs quidem, qui ex thorace ac pulmonibus aliquid conantur expueri: sed cum amaritudo ipsa, suapte natura, crassa ac leuiter incidat, crassitiei aduersatur, quemadmodum in commentarijs de medicamentis docuimus. Quia propter si elixi bis fuerint, magis quidem nutriunt: uerum cum amarorem omnem iam deposuerint, aduersabuntur ijs quae sputo sunt eijcienda. Melius autem tunc fuerit ipsos ex aceto, oleo, & garo mistis, mandere: suauiores enim sic quidem fiunt, & magis nutrientes, flatusque magis expertes, ac concoctu faciliores. Quidam autem ex ipsorum esu liberaliore, semen sibi inausum, seque ad uentrem alacriores redditos, manifeste senserunt. Varie autem ipsos uulgo adparant: nam non modo in aqua elixos, ut dixi, mandunt, uerum etiam patinas ex ipsis uarie condiunt. Sunt qui & frigos, alij assos super prunas mandunt: uerum hi quidem diuturnam elixationem non sublinent, sed exigua admodum sunt contenti. Quidam autem austeritate ipsorum atque amarore seruatis delectati, omnino non elixant. incitant enim ipsos magis ad cibum capeffendum: iuuabuntur tamen, si duos aut tres dies ipsis, ut appetentiam excitantibus, usi fuerint. Quod si ijs ita paratis largius utantur, & potissimum, si (ut solent) crudiores sumant, in cruditate rursum incident. Sunt qui flatu etiam & tormina, nisi belle fuerint elixi, inferant. Caterum alimentum, quod ex ijs ita manlis fit, non boni est succi: ex ijs autem qui plurimum, aut, ut diximus, bis elixi fuerint, succus gignitur crassior quidem, uertit praestantior alioqui, & qui ualentius nutriat.

De pastinaca, dauco,

& caro.

**H**orum quoque radices manduntur, minus tamen quam rape, & arum Cyrenaicum nutriunt. Calfaciunt autem insigniter, & aromaticum quiddam ostentant: caterum, quo modo & alijs radicibus, conficiendi difficultas ipsis inest. Vrinam autem cient: & si quis ipsis copiosius utatur, utriusque succu, mediocriter gignent. Cari tamen radix melioris est succi, quam pastinacae. Quidam autem pastinacae agrestem,

agrestem, uocant daucum: qui urinam quidē mor-  
uet potētius, medicamentosior tamen iam est, mul-  
tumq; si quis eo uesci uelit, est elixandus.

De tuberibus.

**H**Aec quoq; radicibus, aut bulbis sunt adnu-  
meranda: ut quæ nullam qualitatem habeant  
insignem. Proinde qui ipsis utuntur, utuntur ad  
condimenta excipienda: quemadmodum & alijs,  
quæ uocant insipida, & innoxia, & ad gustū aquo-  
sa. Quibus omnibus est commune, ut alimētum,  
quod ab ipsis in corpus distribuitur, nullam insig-  
nem habeat facultatem, sed sub frigidum quidem  
sit, crassitie uero quale id ipsum est, quod sumptū  
fuerit, crassius quidem est, quod ex tuberibus: hu-  
midius autem ac tenuius, quod ex cucurbita: atq;  
in alijs proportionē.

De fungis.

**E**X fungis boletis, si belle in aqua elixi fuerint,  
prope accedunt ad cibos insipidos: non tamē  
sic solis ipsis uulgo utuntur, sed adparant uarie, &  
condiunt, ut alia omnia, quæ nulla insigni qualita-  
te sunt prædita. Alimentum autem ex ipsis est pi-  
tuitosum, & frigidum uidelicet, paruicū est succi,  
si quis ipsis largius utatur: omnium igitur fungorū  
ij minimum sunt noxij: secundi aut post hos sunt  
amanitæ. Reliquos uero tutius est omnino ne at-  
tingere quidem: multi enim ex ipsorum esu interie-  
runt. Equidem noui quēdam, cui post boletorum  
non satis elixorum (qui innocentissimi esse putan-  
tur) usum largiorem, os uentriculi pressum ac gra-  
uatum coarctatumq; fuit, difficilēq; habuit respi-  
rationem, & in animi deliquium incidit, sudorēq;  
frigidum sudauit, ac demum seruari ægre sumptis  
ijs quæ humores crassos incidunt, potuit: cuius ge-  
neris est oxymeli ipsum per se, & cum hyssopo &  
origano ipsi mediocriter incoctis. Is enim tum hæc  
sumplit, tum nitri spumā ipsis inspersam: post quæ  
fungos, quos comederat, uomuit, qui iam quodā-  
modo in succum pituitosum frigidumq; admodū  
ac crassum erant mutati.

De radícula.

**V**Rbant quidem homines solam ipsam crudā  
ut plurimum, ante alios sanè cibos cum ga-  
ro alui deiciendæ gratia mandunt: quidam autem  
acetii quidpiam admiscunt. Rustici uero cum pane  
sepenumero uescuntur, ut alijs obsonijs, quæ sua  
sponte proueniunt: in quibus origanum uiride, &  
cardamum, thymus, fatureia, pulegium, serpyllū,  
menta, calaminthe, pyrethrum, & eruca. Omnia  
enī hæc uiridia, obsonia sunt esculenta, mandun-  
turq; cum alimentis, suntq; ex genere plantarū her-  
bacearum. Radiculæ autem caulem etiam ac folia  
mandunt, sed coacti potius, q̃ uoluntarij. Radix  
tamen ex ijs est, quibus assidue uescimur, estq; ob-  
sonium magis q̃ alimentum: nimirum quæ & ip-  
sa cum manifesta calfactione attenuandi habet fa-  
cultatem. Nam qualitas acris in ipsa superat. Vere  
autem caulem quendam, qui in altum assurgit, gi-  
gnere consuevit, quemadmodum & alia omnia,  
quæ caulem sunt productura: quem caulem elixā

tes mandunt cum oleo & garo & aceto, ut rapæ  
caulem, ac sinapi, & lactuce. nutritq; magis caulis  
iste, q̃ cruda radícula, ut qui in aqua acrimoniā  
omnem deponat, paucissimum tamen & ipse ha-  
bet alimentum. Quidam autem non caulem mor-  
do, sed & radículas ipsas elixantes mandunt non  
aliter ac rapas, mirariq; subit eos medicos, atq; idi-  
otas, qui post cœnam, coctionis iuuandæ gratia,  
crudas ipsas elixant: ipsi quidem hanc rem experi-  
entia satis sibi exploratā esse affirmant, qui tamen  
ipfos sunt imitati, omnes læsi fuerunt.

De capis, alijs, porris, & ampeloprasis.

**H**Arum quoq; plantarum radices quidē uul-  
go frequentissime elixant, caulem autem ra-  
ro, & folia, quæ & ipsa pro portione radicum ac-  
admodum habent facultatem. Corpus calfaciunt,  
& qui in ipso sunt, humores crallos tenuant, lētos-  
q; incidunt. Si tamē bis ter uel elixi fuerint, acrimo-  
niā quidem deponunt, tenuant tamen adhuc, &  
alimentum corpori dant paucissimum, quod cer-  
te prius q̃ elixa essent, omnino non dabant. Cete-  
rum allium quidem mandunt, non ut obsoniū, sed  
ut salubre medicamentum, quod digerendi, & ob-  
structiones aperiendi habet facultatem. Quod si e-  
lixum parum fuerit, adeo ut acrimoniā deposue-  
rit, uires quidem habet imbecilliores, succi autem  
prauitatem nō amplius retinet. Quemadmodum  
nec porra quidē, nec capæ, cum elixa bis fuerint.  
Ampeloprasa uero tantum à porris dissident, quā-  
tum, in alijs omnibus congeneribus, agrestia à do-  
mesticis differunt. Quidam autem in totū annum  
sequentem, ut capas aceto condientes, sic & am-  
peloprasa reponunt, fiuntq; in cibo prestantiora,  
ac minus habent uitiosi succi. Abstinentiū tamen  
ab assiduo usu omnium acrium, & potissimū cum  
is qui ipsis uescitur, natura fuerit biliosus. Solis e-  
nim qui uel succum pituitosum, uel crudū & cras-  
sum ac lentum aceruarint, cibi eiusmodi sunt ac-  
commodati.

## GALENI DE ALIMEN-

TORVM FACVLTA TIBVS

Liber tertius.

MARTINO GREGORIO INTERPR.

**E**liquum autem fuerit, de alimento,  
quod ab animalibus sumitur, pertra-  
ctare, quod non paucas habet faculta-  
tum differentias, tum in partibus, tum  
in quibusdā, quæ in partibus ipsis cō-  
tinentur, aut generantur: cuius generis sunt oua,  
lac, caseus, butyrum, & sanguis.

De alimento, quod a gressilibus ani-  
malibus sumitur.

**P**artes animalium omnes, non eadem faculta-  
te sunt præditæ: sed carnes quidem, cum pro-  
be elixæ fuerint, optimum gignunt sanguinem, &  
potissimum, si eæ animalium boni succi fuerint:  
cuiusmodi est suum genus: nam partes neruosa-

iusto sunt pituitosiores. Omnium itaque ciborum, A suum caro potentissime nutrit. Cuius rei athletæ certissimum tibi præbent indicium. Si enim paribus exercitationibus parem molem alterius cibi pridie totum diem comederint, postero die statim sentient sese redditos imbecilliores. Quod si pluribus deinceps diebus id fecerint, non imbecilliores modo, uerum etiam alimentî penuria macilentiores palam conspiciuntur. Idem etiam de eo quod dicimus, potes in pueris, qui in palæstra sese exercent, experiri, & in alijs, qui quamlibet actionem fortem ac uehementem (cuiusmodi est fodientium) obeunt. Porro carnes bubulæ alimentum quidem & ipsæ corpori suggerunt non mediocre, neque dissipatu facile: sanguinem tamen generant, quæ conueniat, crassiorē. Quod si quis temperamento naturalî melancholicus magis fuerit, affectu aliquo melancholico prehēdetur, si largius his uestatur. Affectus autē melancholici sunt, cancer, elephas, scabies, lepra, febris quartana, & quæ peculiari nomine melancholia nominatur. Lien autē quibusdam à tali succo intumuit: quam rem *καρξία*, id est, prauus habitus, & hydropes sèpenumero sunt consecuti. Cæterum quantum carnes bubulæ totius suæ substantiæ crassitie, suillam superant, tanto suillæ bubulas lentore antecedunt. Cæterum ex suum carnibus, hominibus quidem etate florentibus, fortibus, & qui sese multum exercent, suum ætate florentium carnes ad coquendum sunt præstantiores: alijs uero suum adhuc incrementum. Porro quemadmodum ex suis, qui ætate sunt florenti, ijs iuuenibus, qui bono corporis sunt habitu, conueniunt: sic & boum, qui nondum florentem ætatem attigerunt. Bos enim temperamento est quàm sus, multo ficiore: quemadmodum & uir ætate florens, quæ puer. Iure igitur ijs animalibus, quæ natura temperamento sunt ficiore, adolescens ætas ad mediocritatem ipsam confert: humidiorum uero natura, quod sibi ad probam ac conuenientem temperiem deest, ab ætate florenti adsumit. Non modo itaque uituli carnes habent ad coquendum perfectis bobus præstantiores: sed etiā hoc di capris. Capra namque temperamento, minus quàm bos, est sicca, si tamen homini & sui cōparetur, multum superat. Suillæ autem carnis similitudinē cum humana ex eo poteris intelligere, quod quidam carnes humanas pro suillis sine ulla in gustu uel olfactu suspitione comederunt: id enim ab improbis hospitibus, & alijs quibusdam factum fuisse iam compertum est. Merito igitur porcelli alimentum nobis præbent, tanto magnis suisbus excrementosis, quanto ipsis sunt humidiores: merito minus etiam nutriunt. Nam alimentum humidius, ut distribuitur, ita etiā discutitur celerius. Cæterum agni carnem habent humidissimam, ac pituitosam: Ouiū uero excrementosior est, ac succi deterioris: Caprarum quoque præter succum uitiosum, acrimoniam etiam habet. Hircorum autem, tum ad coquendum, tum ad succum bonum generandum est deterriora: hæc sequitur, arietum:

post, taurorum. Porro in ijs omnibus carnes castratorum sunt præstantiores: senum autem pessimæ, tum ad coquendum, tum ad succum bonum generandum, tum ad nutriendum: quemadmodum & sues ipsi, qui quanquam temperamento sunt humidius, cum tamen iam senuerint, carnē habent non nunquam siccam, ac concoctu difficilem. Ad hæc, caro leporum sanguinem quidē gignit crassiorē, sed melioris succi, quàm bubula & ouilla. Ceruina autem non minus ijs succum uitiosum generat, ac concoctu difficilem. His agrestium alinorum bene habitorum ac iuuenum, caro est propinqua. Sunt tamen, qui & alinorum domesticorum, ubi senuerint, carnes mandant: quæ pessimi sunt succi, ac concoctu difficillimæ, stomachumque lædunt, & præterea inter edendum sunt insuaues: quemadmodum equorum ac camelorum carnes, quibus ipsis homines, animo & corpore asinini ac camelini, uestuntur. Sunt qui & ursi, & ijs adhuc deterioribus, leonibus, ac pardis uestuntur semel aut bis elixantes. Quid autem sit, bis elixare, dictum non bis ante fuit. Quid iam loquar de canibus (quos & ipsos iuuenes, ac pingues, & potissimum cum fuerint castrati, apud quasdam gentes frequentissime mandunt) cum multi sint, qui pantheris, ut & asinis bene habitis, cuiusmodi sunt agrestes, uestuntur? Hæc quidem non manduntur modo, sed à quibusdam etiam medicis laudantur. Vulpium autem carnibus autumno uenatores apud nos uestuntur: tunc enim uuarum esu pinguescunt. Porro animalia omnia, quibus alimenta propria affatim suppetunt, longe seipsum in cibo euadunt præstantiora: quemadmodum deteriora sunt, quibus ea minus adsunt. Proinde, quæ herbas e terra emergentes, aut arborum surculos, aut germina depascuntur, ea omnia, cum his abundat, habitiora sunt, ac pingua, nobisque alendis accommodatiora: quemadmodum contra quibus herbas altiores pasci est naturale, hyeme, uere primo ac medio sunt gracilia, ac prauis succi: ut boues, qui procedente tempore manifesto sunt obesiores, succique melioris, cum herbae augentur, ac densescunt, & ad semen producendum festinant. Quæ uero animalia humilis herba nutririque queunt, ea primo ac medio uere sunt præstantiora, ut oues: ætate autem prima ac media, caprae, cum scilicet fruticum germina (quibus caprae uesti solent) sunt frequentissima. Cum igitur me animalium species inter se comparantem audiueris, dictum meum experientia examina, ac diiudica, atque expende, non animal, quod bene nutritum fuerit ac pingue, gracili ac penuria alimentati extenuato comparans: neque adolescens seni (iniquum enim est id iudicium) sed quod in unaquaque specie ac genere, aut quocunque modo appellare uelis optime est dispositum, alteri quod sit eiusmodi, cōferens. Non igitur amplius opus erit pluribus exequi animalia omnia, quæ apud singulas gentes proprie nascuntur, cuius generis est in Iberia animalculum, quod lepori est simile, quod que cuniculum nominant, in Lycania autem Italiae regione, quod

quod inter ursum ac suem quodammodo est medium: ceu aliud quoddam inter agrestes mures & quos glires nomināt, est medium, quod in eadem Italia regione, & alijs plerisq; locis mādatur. Quæ enim ex eiusmodi animalibus bene sunt nutrita, ac planè pinguis, ea experientia explora, præparandorum ipsorum rationem, quam incolæ experientia didicerūt, ab ipsis audiens, ac discens. Quæ autem singularum præparationum sit facultas, iam à nobis discas licet. Quæ nanq; assantes, aut in sartagine frigentes mandūt, ea corpori siccior dant alimentum: quæ uero in aqua præcoquunt, humidius: quæ in patinis cōdiuntur, inter hæc media sunt, quanquam & illa ipsa pro modo condituræ, inter se multum discrepant. Siquidem quæ uinum, aut garum habent copiosum, ea sunt alijs, quæ ea non habent, sicciora: rursus quæ exiguum quidem illorum portionem, aut sapæ (quam hepsema quidam nuncupant) ampliorem habent, aut in simplici, ac plebeio, alboq; appellato iure elixa sunt, ea prædictis longe sunt humidiora: quæ autē in sola aqua coquuntur, ijs quoq; adhuc sunt humidiora. Maximum præterea in præparatione discrimen accidit pro eorum, quæ injiciuntur, facultate, ut cum omnia siccant quidem, sed alia magis, alia minus. Sunt porro hæc, ex seminibus quidē, anethum, apium, carum, lybisticum, cuminum, & alia quedam id genus: ex plantis uero ipsis, porrū, cæpe, anethum, thymus, satureia, pulegium, mentha odorata, origanum, & alia huiusmodi ad obsonatricem commentationem pertinentia, de qua nunc differere non est propositum. Quemadmodum autem modo præcepimus, cum animalium differentia inquiritur, quæ optimo sunt habitu, esse comparanda: ita nunc quoq; quæ pulcherrime sunt præparata, conferantur. Hæc itaq; de pedestrium animalium carne audiuisse sufficiat: de aliarum autem partium facultate, deinceps, cum sermone de limacibus absoluerimus, sumus tractaturi.

#### De limacibus.

**P**erspiciuum quidem est, q; neq; inter uolatilia, neq; inter aquatilia, hoc animal est numerandum. Quod si inter pedestria ipsius non meminimus, nihil prorsus de limacium alimento dicturi sumus: quod iniquum fuerit silentio prætermittere: quemadmodum uermes, qui in lignis nascuntur, uiperas, aliosq; serpētes, quibus in Aegypto, & apud alias quasdam gentes uestiuntur. Neq; em illorum quisquam hæc nostra lecturus est: neque nos, quæ apud illos sunt esculenta, unquam comedemus. Limaces uero Greci omnes quotidie mādunt, carnem quidem duram habentes, eoq; concoctū difficilem, sed quæ confecta, potentissime nutriat. Succus autem ipsis inest, qui uentrē subducit: quemadmodum & ijs, quibus testa pro cute est. Quapropter quidam oleo, garo, uinoq; ipsos cōdientes, eo iusculo ad alium deijciendam utuntur. Quod si huius animalis carne, ut cibo solo esculento, uti uelis, tibi prius in aqua elixaris, in

Galea.

aliā aquā transferas, in qua rursus elixabis, tum demum condies, ac tertio elixabis, usq; dum caro tota intabescat. Hoc enim modo præparata, aliu quidem sistet, sed alimentum corpori dabit non contemnendum.

#### De animalium pedestrium partibus excarnibus.

**P**edestrium animalium partes excarnes homines mandunt, pedes, rostra, & aures: easq; ut plurimum in aqua elixas mandunt cum aceto & garo: nonnunquam autem & sinapi: quidam autē ex oleo & garo, uinum affundentes: sunt qui cum oleribus, aut in aqua elixis, aut in patinis cōditis. Porcellorum autē pedes pitanae elixæ infecti, apertissimi sunt, tum ut illam meliorem efficiant, tum ut ipsi molliores reddantur, & ob id ad elaborationem, quæ in ore fit ac uentriculo, meliores. Non parua tamen est & in præparationis modo differentia, non modo in partibus animalium excarnibus sed in alijs etiam omnibus: quæ fusius in opere de arte obsonandi explicabimus. In hoc autem opere, tantum uniuerſales partium ipsarum differentias exponimus, ipsas inter se (ut diximus) ita comparantes, ut si omnes ad eundem modum paratæ essent: iusta enim est hæc comparatio. Partes igitur corporis extremæ, ut pinguedinis, ita substantiæ carnosæ habent minimum. Neruosa enim ac cutacea natura in ipsis præpollet: non tamē tales hinc uel cutis uel sunt, quales in reliquo sunt corpore: nā in excarnibus magis sunt exercitata, eoq; etiā magis lenta. Etenim neruus omnis ac cutis, dum elixantur, ad huiusmodi naturam deueniunt. Quare merito corpus quidem minus alunt, ob lentorē tamē per alium facilius deijciuntur. Meliores aut sunt suum pedes q; rostrum: quemadmodum hoc auribus est præstantius. Hæc em constant sola cute ac cartilagine. Cartilago porro in perfectis quidem animalibus, omnino cōfici non potest: in ijs uero, quæ adhuc augeſcunt, si in ore bene læuigata, & in uentriculo cōfecta fuerit, paucum alimentum corpori dabit. Eadem autē est eius quod dicimus, in alijs animalibus proportio. Quanto enim eorum carnes alimentis bonitate, suilla sunt inferiores, tātō illorum partes excarnes partibus suum excarnibus sunt deteriores. Cæterum illud nequaquam arbitror quenquam latere, q; partes neruosa uoco eas, quæ pedibus insunt, ad similitudinē eius qui proprie neruus nominatur, quicq; ex cerebro ac spinali medulla originem ducit. Quæ aut in partibus excarnibus neruosa sunt corpora, ad similitudinē quidem ita nominantur. Sunt aut ossium ligamenta, sensus expertia, & præterea tendones quidam.

#### De animalium pedestrium lingua.

**P**eculiaris quedam huic parti inest substantia: carnem em habet fungosiorē, ac sanguineā magis. Musculi em carnes sunt exactæ, & potissimum ipsorum partes mediæ, nam multi in suis ipsorum sinibus in magnos tendones desinūt, quos pleriq; medicorum aponeuroſes musculorum nominant

Tom. 1

d

minant

minant: quos longe maximos musculi generant, qui ad artuum fines pertinent. Quin & musculi quidam capita habent nervosa: & ipsius linguae (quae coci est subus eximentes, elixant) corpus quidem proprium, caro quaedam est fungosa, uti diximus: non tamen eam eximunt solam, neque elixant, sed simul cum musculis, qui in ipsam inseruntur. Vt plurimum uero, etiam cum epiglottide, & larynge, & glandulis, quae illic sunt: tum ijs, quae linguae sunt propriae, saluamque generant: tum ijs, quae sunt ad paristhmiā a laryngē. Præterea uenae & arteriae & nervi, linguae cum alijs carnibus sunt communia: illa enim una cum carnibus manduntur, nisi quod in hac particula tria haec uasorum genera, plura sunt ac maiora quam pro portione magnitudinis. Quae porro facultas sit alimenti, quod a glandulosis corporibus sumitur, deinceps audito.

#### De glandulis.

Quantum lingua a carnis substantia, tantum glandulae a linguae substantia recesserunt: non tamen omnes aequali omnino ab ea distant intervallo. Sed quae illi adiacent ac contingunt, ijs quadam tenus sunt similes, quae in mammis habent, quando saltem ex sanguine nondum refectae fuerint. Non enim glandulae mamillares perpetuo suo munere funguntur, ut cum aliae propemodum omnes, tum autem quae sunt ad linguam. Natura enim eas linguae committit ad saluam generanda: mamillares uero post factum conceptum sunt rarae ac laxae, & lacte plenae. At quo tempore lacte carent, contrahuntur ac densantur, tantum a seipsis differentes, quantum permadide spongiae ἀπὸ τῶν σκελετοδωμένων: sic enim spongas appellant, a quibus cum humore omnem expellerint, circumdatis uinculis ipsas committunt, totumque ipsarum corpus cogunt. Sunt autem & circa larynga ac pharynga huiusmodi quaedam glandulae, sicut & in mesenterio: uerum haec quidem sunt exiles, eoque uulgo ipsum latent. Quae uero sunt ad paristhmiā a larynga, magnae sunt ac conspicuae. Sunt & aliae exiguae in multis corporis partibus, uasorum diuisiones firmantes ac fulcietes. At glandula illa, cui thymo nomen est, haudquaquam est exigua, sed in nuper natis animalibus est quae maxima: in crescentibus autem illis, ipsa decreuit. Omnibus autem ipsis illud est commune, ut suaves in cibo ac friabiles appareant: mamillares uero, cum lachabent, de ipsius etiam dulcedine quidpiam praefereunt. Quapropter haec glandulae, cum lacte sunt plenae, summopere a gulosis expetuntur, praecipue suillae. Alimento autem, quod ex ijs probe quidem in uentriculo concoctis, prouenit, prope sane ad carniū alimentum accedit: Quod si minus quod sat est, sint cōfecta, succum crudum, aut pituitosum generant: humidiores quidem pituitosum: duriores uero crudum: de quo ante diximus. Testes autem, cum ex genere sint glandularum, non perinde tamen laudabilis sunt succi, ut mamillares: sed habent uirosū quiddam, seminis, quod generant, naturam referentes: ceu renes, urinae. Atque etiam animalium gressilium testes ad coquendum longesunt

difficiliores. Nam gallorum gallinaeque altissimi testes & suauissimi sunt, & laudabile corpori praebent alimentum. Glandulae item collo uellicae adiacentes, prope ad testium naturam accedunt. Sunt qui renes quoque inter glandulas adnumerent: hi namque glandulosum quiddam habere ipsis uidetur: uerum prauum admodum sunt succi, & concocti difficiles, ut adultiorum animalium testes, cum excoctos ipsos mandunt: iuniorum enim sunt praestantiores. Taurorum autem, & hircorum, & arietum, insuaves sunt, ac ad coquendum difficiles, & mali succi.

#### De testibus.

In uentibus suis ac bubus apud nos testes excocti, sed propter usum diuersum. Nam sunt quidem testes cibi causa secantur: suum enim castratorum caro suauior sit, & plenioris alimentum, & ad coquendum facilius: bouum uero, ut ad agriculturam sint meliores: tauri enim non facile ab hominibus domantur: Caprae autem & oves, propter utrumque usum castrantur. Porro omnes memoratorum animalium testes ad coquendum sunt difficiles, ac mali succi: nutriunt tamen si belle conficiantur, alij magis, alij minus pro ea proportionem, quam in carnibus melle diximus. Nam quanto suum caro alijs est praestantior, tanto horum quoque testes aliorum animalium testibus sunt meliores. Soli autem gallorum gallinaeque undequeque sunt praestantissimi, & potissimum eorum qui saginati fuerint.

#### De cerebro.

Cerebrum omne, cibus est pituitosior, crassiusque succi, & tarde permeans, ac ad coquendum difficilis. Non minimum etiam cerebrum omne stomacho nocet. Quiddam autem ipsius mollitiae decepti, ipsum aegrotis exhibent, cum praeter alia nauisam etiam conciter. Quinimmo, cum cuiuspiam a cibo uomitum mouere uis, huius partem pinguiter conditam, postremis epulis edendam exhibe. Illis uero caue exhibeas, qui non appetunt, quos ueteres ἀποσπύσας appellabant. Merito igitur nemo cerebrum epulis mandit, cum omnes ipsa experientia docti, sciant ipsum nauisam excitare. Iure etiam plerique cum origano mandunt, uti nonnulli cum sale uarijs modis apparato: quippe cum crassi sit succi, & excrementitum, omnino uomitioni fit accommodatius, quando cum incidentibus & calfacientibus fuerit paratum. Si tamen recte confici possit, alimentum corpori praestabit non contemnendum.

#### De ossium medulla.

Medulla quae in ossibus inuenitur, cerebro est dulcior, iucundior, ac pinguior, adeo, ut si ea, inter se comparando, gustes, putaturus sis cerebrum austerum etiam aliquid in se habere. Porro medulla nauisam prouocat, si liberalius sumatur, quemadmodum et cerebrum: nutrit tamē & ipsa, si probe conficiatur.

#### De spinali medulla.

Spinalis medulla eiusdem cum cerebro est generis: eam tamen perperam medullam appellant: cum medulla non modo spinali hac, uerum etiam

etiam cerebro ipso sit humidior, ac mollior, & pin A  
guior. Quod uero in spine ossibus cōtineatur, co-  
loremq; habeat medullæ adsimilē, ob id ipsam me-  
dullam nominant; quo nomine quidā ipsum quo-  
que cerebrum uocitarunt. Est porro spinalis me-  
dulla cerebro continua, ac eiusdem cum eo natu-  
ræ, nisi q; ipso multo est durior, potissimum in in-  
fernis spinæ finibus. Quantum enim à cerebro ab-  
scedit, tantum magis durescit. Pinguitudinis sanè  
habet minimum, quò sit, ut nauseam non prouo-  
cet: & si probe conficiatur, non exiguum corpori  
dat alimentum.

De pinguedine, & adipe.

V Trunq; quidem est oleosum, humiditate ta-  
men et siccitate inter se differunt. Pinguedo  
nanq; humida quæpiam res est, oleo longa uetu-  
state incrassato adsimilis. Adeps uero pinguedi-  
ne multo est siccior; ideoq; si calfactum ipsum fun-  
das, coit facile, ac concrescit. Pauci utraq; est nu-  
trimenti; potiusq; carniū nos alentium sunt cō-  
dimenta, quàm alimenta.

De pedestrium animalium uisceribus.

O Mniū quidem animalium iecur crassū est  
succū, ac ad coquendum difficile, tardeq; per  
meat. Omniū autē est præstantissimum, non modo  
ad uoluptatē, sed ad alia etiam omnia, qd̄ σνκρωδῶ  
appellatur: quam appellationem inde habuit, q; a  
nimalis macerandi iecur multarum ficuum siccarū  
efu sic præparent, quod maxime faciunt in suisibus,  
propterea q; huius animalis uiscera, aliorum ani-  
malium uisceribus natura multo sunt suauiora; eua-  
dunt tamen & illa seipsis meliora, cum animal ip-  
sum caricas assatim comederit. Verum minime cō-  
sentaneum hominibus uidetur, præteritis quæ na-  
tura cæteris præstant, deteriora confectari. Reli-  
quorum autē uiscerum lien quidē gustu est suauissi-  
mus; est enim in eo perspicua quædam acerbitas:  
merito autē prauū quoq; succū esse creditur, ut qui  
sanguinem melancholicum generet: utroq; uero  
tanto pulmo est ad coquendum facilius, quāto est  
rarior: multo tamen, quod ad nutriendum attinet,  
hepate est inferior. Pituitosius autē est id alimen-  
tum, quod corpori prebet. Cor, substantia quidem  
caro est fibrosa ac dura, ideoq; ad coquendum est  
difficile, & tarde permeat: si tamen probe confici-  
atur, alimentum corpori exhibet non paucum, ne  
que mali succū. De renibus autē (nam hos quoque  
quidā inter uiscera connumerant) prius diximus.

De quadrupedum animalium uentri-  
culo, utero, & intestinis.

D Vriores carnibus sunt hæ partes, ob id, etiā  
si rite conficiantur, succum tamen gignent  
non planè sanguineum, neq; inculpatum, sed frigi-  
diorem, ac crudiorē. Proinde multum temporis  
requirunt, prius quàm satis confici, & in probum  
sanguinem mutari queant.

De agrestium ac domesticorum ani-  
malium differentia.

D Omestica animalia temperie humidiora sūt  
quàm agrestia, tum ob aeris, in quo degunt,  
Galen.

humiditatem, tum uero etiam ob uitæ ignauiam.  
Quæ uero in montibus degunt, multum exercen-  
tur, ac fatigantur, præterea in aere sicciore uiuunt:  
quapropter eorum caro est durior, nulliusq; pror-  
sus pinguedinis, aut paucissimę particeps, quæ cau-  
sa est cur pluribus diebus, quàm domesticorum,  
& ociose degentium animalium, seruetur imputris.  
Liquet item quod alimentum, quod ab ijs proue-  
nit, minus habet excrementi: contra excrementiti-  
um est, quod à domesticis atque ociosis sumitur.  
Necesse igitur est, alimentum eiusmodi nutrire ua-  
lentius quàm alterum, succumq; gignere multo  
meliolem.

De lacte.

L Ac quoq; inter cibos, qui ab animalibus su-  
muntur, est numerandum: in quo haud par-  
ua est pro anni temporibus differentia, & ea adhuc  
maior pro ipsorum animalium specie. St̄quidem  
boum lac, crassissimum est ac pinguis-  
simum: autem ac minime pingue, camelorum:  
mox, equarum; deinde, alinarum: mediæ autē con-  
sistentiæ, est caprarum: hoc crassius, ouium. Secū-  
dum autem anni tempora, lac post partū est liqui-  
dissimum: temporis uero progressu, magis semper  
ac magis incrassescit: Aestate uero mediā, ipsum  
etiam in medio suæ nature consistit: post id autem  
tempus, sensim iam crassescit, quoad penitus defi-  
ciat. Vere autem ut liquidissimum, ita etiam copi-  
osissimū. Quod autem lac, ut prius diximus, pro-  
animalium specie differat, id uel intuenti quidem  
protinus apparet: manifestius autem fiet, si ex uno  
quoq; lactis genere caseus paretur. Etenim liqui-  
dissimum lac, serum: crassissimum, caseum habet  
plurimum. Merito igitur liquidius quidē lac, ma-  
gis: crassius autem, minus aluum subducit: cōtra  
autem, crassius quidem ualentius nutrit: tenuius  
autem minus. Quod si quis lac prius elixando se-  
rum omne consumpserit, nihil prorsus subducet.  
Iniectis uero lapillis ignitis, tantisper dum serum  
omne consumatur, præter quàm quod sic paratū,  
aluum non subducit, contrarium etiam efficit, ip-  
sumq; ijs exhibemus, quibus uenter acrium excre-  
mentorū demorsu infestatur: id ipsum autē effi-  
ciunt non minus quàm lapilli, aut etiam efficaci-  
us, ferrei orbiculi igniti. Facile tamen lac sic para-  
tum, in uentriculo in caseum cogitur: ob id mel il-  
li & salem admiscemus. Quin & aquam etiam as-  
fundere, securius fuerit, ut pleriq; medicorum fa-  
citant. Neq; mirum tibi uideatur, quod sero con-  
sumpto, rursum aquam infundant. Non em̄ seri hu-  
miditas est quam fugiunt, sed a crimonia: cuius oc-  
casionē lac omne aluum subducit, ex substantijs  
contrarijs mistum, sero scilicet, & caseo. Ad hæc  
tertium etiam pinguem succum habet, & ipsum  
quidem lac boum, ut dictū est, plurimum: ideoq;  
butyrum (quod uocant) ex eo cōficiunt: quod gu-  
stu solo uisūq; quantum in se pinguitudinis habe-  
at, facile cognoscas. Quod si partē aliquam corpo-  
ris eo inunxeris, ac fricueris, cernes cutim pingue  
non aliter, ac si oleo fricuisses: præterea, si mortuū  
anima

animalis corium aridum eo inunxeris, eundem cer-  
nes effectum: quinimmo homines in plerisque frigi-  
dis regionibus, in quibus oleo caret, in balneo bu-  
tyro utuntur: cernitur præterea, si ignitis carboni-  
bus ipsum infundas, non aliter ac pinguedo flam-  
mam excitare. Denique utimur ipso in illis, in qui-  
bus utimur adipe, cataplasmatibus alijsque medica-  
mentis ipsum permiscientes. Pinguisimum itaque,  
ut diximus, est lac bubulum: ouillum uero ac ca-  
prinum habent quidem & ipsa pinguedinis quid-  
piam, sed multo minus: alinum uero huius succi  
habet minimum. Quocirca non temere in uentri-  
culo cuiusquam coagulari, si statim ut mammis  
excidit, calidum fuerit epotum. Quod si sal & mel  
adijciantur, fieri non potest, ut ipsum in uentri-  
culo concreascit, ac coaguletur. Eandem ob causam  
magis per aluum deijciatur, ut quod serum multum  
habeat, a quo lac omne facultatem accipit deijci-  
di: uti a caseosa substantia, sistendi. Quatum uero  
serum ab alia lactis natura succi bonitate superat,  
tanto alia omnia, quæ uentrem deijciunt, superat:  
ob id ueteres ad aluum subducendam, hoc potu  
plurimum usi uidentur. Tantum autem mellis opti-  
mi ei est inijciendum, quantum suauis citra stoma-  
chi euerfionem, sentietur. Pari modo & salem ea  
mensura inijcies, quo ad gustum non offendat. Quod  
si ipsum magis subducere uelis, salis quamplurimum  
inijcies. Hæc certe diffusius explicuimus, quam  
præsens institutum postulet. Propositum enim fu-  
erat, ea commoda exponere, quæ lacti insunt, ut a-  
limento, quibus cum id commodum, quod nobis  
prestat in aluo deijcienda, esset admixtum, fecit rei  
affinitas, ut in hanc digressionem sermo noster de-  
flexerit. Rursus igitur ad propositum reuersi, quæ  
de lactis facultate super sunt, exequamur: quorum  
id omnium est maximum, quod omnium ferè que  
mandimus, lac optimum, optimi est succi: uerum  
caue, male accipias, quod iam pronunciauimus.  
Non enim simpliciter diximus lac omne optimi  
esse succi, sed præterea optimi adiunximus. Nam  
lac quidem, quod uitiosum est succi, non adeo succi  
probum gignit, ut non malo succo utentium cor-  
pora impleat. Cui rei argumentum fuit is infans, qui  
cum priore nutrice mortua, alterius prauis succi lac  
suxisset, totum corpus multis ulceribus habuit re-  
fertum: utebatur autem secunda hæc nutrix in a-  
gro, syluestribus oleribus propter annonæ carita-  
tem, quæ ueris tempore acciderat: unde & ipsa hu-  
iuscemodi ulceribus scatuit, & alij quidam, qui in  
eodem agro simili uictu sunt usi. uidimus & alijs  
permultis mulieribus infantes nutriendis id te-  
poris idem accidere. Atque etiam si capræ, aut alte-  
rius cuiuspiam animalis scammoniam, aut tithy-  
mallum depasti, lac cibi loco quis sumpserit, om-  
nino aluius illi fluat. Quemadmodum igitur de a-  
lijs omnibus, ita & de lactis facultatibus intelligen-  
re oportet, non tanquam simpliciter de quouis di-  
cantur, sed de optimo duntaxat: quantum autem  
in singulis generibus unumquodque ab optimo de-  
ficiat, tanto commodius, quæ optimum id nobis præ-

stat, est inferius. Lac igitur quod feri habet pluri-  
mum, etiam si semper eo utare, nihil penitus adse-  
ret periculi. Quod uero huiuscemodi humidita-  
tem habet exiguam, caseosam autem crassiciem mul-  
tam, omnibus qui ipso multum utuntur, est peri-  
culosum. Nam eos quidem renes offendet, qui cal-  
culis generandis sunt appositi: iecur item obstruet  
ijs, qui hoc affectu facile prehendi possunt: tales au-  
tem sunt, quibus fines eorum ualorum, quæ cibum  
ex simis uisceris in gibba transsumunt, sunt angus-  
ti. Thoracis autem ac pulmonis partibus lac om-  
ne est utile: capiti uero, nisi quis ipsum habeat ad-  
modum firmum, non est accommodum, ut nec  
hypochondrijs, quæ leui de causa inflantur: in plu-  
rimis enim in uentriculo uertitur in flatum, suntque  
paucissimi, quibus id non accadat. Si uero cum a-  
liquo eorum cibariorum, quæ crassi sunt succi, di-  
utius elixum fuerit, flatuosam quidem naturam de-  
ponit, sed iecur magis obstruit, & calculos in reni-  
bus promptius gignit. Huiusmodi autem edulia  
libro primo esse diximus, amyllum, similaginem,  
alicam, tragum, orizam, lagana, rhyemata, & pa-  
nes non bene in clibano assos, nec multa trititione  
prælaboratos, nec multo sale, ac fermento medio-  
cri saturatos. Ceterum, ut in ijs, ita in alijs, quæ non  
nulli lacti admiscientes mandunt, mistorum facul-  
tas aliquam ex lactis facultatibus augebunt, aut  
imminuent. Nunc autem ipsius facultatem defini-  
amus, illud boni esse succi & multi alimenti statu-  
entes, quod ex contrarijs substantijs ac facultati-  
bus est conflatum, subducendi scilicet ac sistendi,  
obstruendi: ac tenuandi. Quod namque eius sero-  
sum est, succos crassos tenuat, & aluum subducit:  
quod uero caseosum est, aluum sistit, & succos cras-  
sos gignit: ex quibus, ut diximus, in hepate obstru-  
ctiones, & in renibus calculi oriuntur. Nocet au-  
tem ipsius usus assiduus dentibus, & circumdatis  
carnibus, quas gingiuas nominant. Has enim, hu-  
midas: dentes uero, putrefactioni et erosioni admo-  
dum obnoxios reddit. Sumpto igitur lacte, os ui-  
no diluto colluere conueniet: satius autem fuerit,  
si mellis etiam quidpiam ipsi inieceris. Ita namque  
omne caseosum, quod ex lacte dentibus ac gingi-  
uis circumfixum fuerit, abstergetur. Quod si etiam  
cuiuspiam tam robustum sit caput, ut uini meri col-  
lutione non offendatur, melius is dentibus & gin-  
giuis consuluerit: uerum tamen & mel uino permi-  
stum, misturam ex utroque reddit meliorem. Illud  
uero dentium incolumitati tutissimum aduersus  
lactis iniurias fuerit præsidium, si quis post sum-  
ptum ipsum, primo, melicrato: deinde uino adstrin-  
gente, os colluat.

De oxigalacte, id est, acido lacte.

Oxygala autem, quod uo cant, dentes quidē,  
qui saltem secundum naturam habent, ni-  
hil offendit: qui uero aut ob naturalem intemperi-  
em, aut adscititum quempiam affectum, tusto sunt  
frigidiores, hi soli, ut ab aliorum frigidiorum occurru,  
ita ab hoc quoque offenduntur: acciditque ijs nonnun-  
quam symptoma, quod stuporem nominant, quale  
post



post esum mororum immaturorum, & aliorum omnium acerborum & acidorum euenire consuevit. Illud item perspicuum est, quod uenterculus, qui quauis de causa est frigidior, oxygala non belle conficitur: temperatus uero, quamuis egre, conficit tamen aliquantum. Contra uenterculi iusto calidiores, siue ab initio tales fuerint, siue à quapiam causa postea in eam temperiem sint adducti, præter quod nihil ab huiusmodi edulij læduntur, cōmodo etiam aliquo fructur. Quin hi quoque oxygala ipsum circumdata niue prius refrigeratum, indolenter ferunt: quemadmodum & alia pleraque id genus edulia, atque adeo aquam ipsam niue sic præparatam. Quo circa admirari subit plerisque medicos, qui de singulis edulij pronunciarunt, hoc quidem nobis esse utile, aliud uero noxium: præterea ad coquendum facile, aut difficile: mali succi esse, aut boni: multi aut pauci esse alimenti: stomacho conuenire, aut aduersari: aluum ducere, aut sistere: aut aliam quamuis uirtutem, uirtutumque obtinere. De quibusdam certe licet pronunciare, hoc quoddam edulium omnibus hominibus prauū esse succi, aut ad coquendum difficile, aut stomacho noxiū: de plurimis tamen fieri non potest, ut unico edicto citra ullam distinctionem uere pronuncies. Cæterum cum necessario longa futura esset oratio, si in singulis edulij, tam naturalium temperamentorum, quam acquisitiuorum affectuum distinctiones adscripsissemus: satius fore existimauius (quemadmodum in primo horum commentariorum fecimus) ab initio uniuersalem quidem totius doctrinæ methodum ostendere: post autem in particularibus nonnunquam eam ad memoriam reuocare, præsertim in ijs, quæ non simplicis sunt naturæ, quale utique est lac, de quo nunc agimus: quod tamen si sensui quidem simile apparet, ex diuersis tamen substantijs ac facultatibus est compositum. Huic namque etiam si optimum fuerit, pro diuersa tamen uentriculorum natura accidit, ut interdum quidem [in hoc] acefcat: alijs uero fumo- sum ac nidorulentum ructū in altero sursum emittat: etenim contrarij sunt affectus, secundum quos, quod in uentriculo non fuit coctum, acidum aut fumosum euadit. Siquidem calor inopia, in aco- rem: eiusdem autem excessu, in nidorem ac fumū uertit. Quæ duo lacti eueniunt, quia in se non modo serosam naturam, uerum etiam pinguem & caseosam contineat. Hac certe de causa oxygala quidem, si in uentriculo non coquatur, nunquam in nidorem uertitur: potissimum, si in biliosissimum ac feruentissimum uentriculum incidit. Neque enim amplius calidam acremque qualitatem ac facultatem retinet, quam lac à sero habet: neque pingue & mediocriter calidam, quam lac à pinguedine, quæ sibi inest, possidebat. In huiusmodi enim præparatione, sola relinquitur caseosa substantia, eaque ipsa non eiusdem naturæ, cuius ab initio fuit, sed ad frigidius conuersa. Itaque de oxygalacte dixisse suffecerit, quod frigidum est, ac crassi succi. Hac enim sequitur, ut ipsum non facile à corpore me-

Galen.

diæ temperaturæ conficiatur: ad eam enim in omnibus meis operibus, cum aliquid simpliciter pronuncio, sæpe iam monui id esse referendum. Quin etiam succum crudum, quem uocant (cuius naturam, tum prius alibi exposui, tum etiam in libro superiore de eo disserui) consentaneum est ab istiusmodi cibis abunde generari. Non abs re autem edulium hoc calidissimis uentriculis est utile: quemadmodum frigidioribus aduersissimum. Id tamen in singulis cibarijs non conuenit adscribere, sed in quibusdam meminisse suffecerit, quod succus eiusmodi, qualis ex oxygalacte, caseo, & omnibus crassi succi edulij provenit, calculos in renibus solet gignere, cum hi calidiores iusto fuerint, siue ob naturalem intemperiem, siue ob alium quen- dam affectum ipsis postea innatum: non tamē pro caloris modo, meatuum transitus latos habeant. Corporum enim constructiones, quæ morbis maxime sunt obnoxie, ex partibus contrarij temperamenti componuntur: ut uerbi gratia, si uenterculus admodum sit calidus: cerebrum autem frigidum. Pari modo & pulmo aliquando, ac totus thorax frigidus est: uenterculus autem calidus. frequenter uero contra euenit, ut omnia alia scilicet a quo sint calidiora: solus autem uenterculus frigidior sit, hepar uero calidius: atque in alijs partibus similiter. Quapropter initio etiam monuimus, utilissimam esse doctrinam, quæ de facultatibus, quæ alimentis insunt, tradit, cum eas differentiis explicat, quæ in humiditate spectantur, & siccitate, caliditate, & frigiditate. Præterea substantiæ ipsorum lentore, aut crassitie: ad hæc, quod aut simile est, de quo agetur, uel ex partibus temperamento contrarijs compositum, cuius generis est lac. Ad horū porro dignotionem dixi nos manu duci, cum per olfactum ac gustum, tum per alia symptomata, de quibus in operis huius initio disserui: uti nunc quoque in lacte eius naturam ostendi ex ijs symptomatibus, quæ ei accidunt, cum aut calefit, aut coagulo cogitur, aut alio quouis modo partes ipsius feceruntur: etenim uel citra coagulum scissio, quam uocant, id efficit, cum lacti abunde calido oxymel frigidum instillamus. Idem etiā multo efficitur. Interdum etiam citra ullam liquoris instillationē, uase frigidissimam aquam continente in lac demisso, ipsum scindimus. Præterea sine coagulo id lac, quod post editum foetum emulsum fuerit, protinus concrefcit, si super cineres calidos parumper calefiat: uidenturque ueteres comici lacta coactū, pyriastem appellasse. In Asia autem apud nos pyriephthum, ipsum nominant. Id quidem lac omnino ab alia substantia est purum. Cum autem melle ipsi admisto, per coagulum cogunt, hoc quidem opere, quod in eo est tenue & aquosū, separatur. Quiddam autem ex ipso duntaxat, quod coactum est, mandunt: quod partim ex caseosa lactis substantia, partim ex calida atque ignea coagulata facultate, partim ex melle ipsis admisto est compositum: alij uero unā cum eo quod cōcreuit, serum quoque transglutiant, idque aut pariter totū cum toto, aut alterū

Tom. 2

d 3

altero



altero copiosius. accidetq; ut alijs quidē largius: A alijs uero minus alius subducatur, pro portione quantitatis serosi humoris. Perspicuum præterea est, quod eorum corpus, qui solum id, quod concretum est, comederint, amplius nutrit: minus uero eorū, qui unā cum ipso serosi humoris quidpiā transglutierint: & multo adhuc minus eorū, qui eius quidem, quod coactū est, parum: serosi autē humoris plurimū hauserint. Simili modo & in eo, quod à partu, siue cū melle, siue absq; eo coijt, non paruam differētiam inuenies. Cum enim mel non accepit, ad coquendum est difficilior, et succi crassioris: præterea per aluum tardius secedit, utrunq; tamen corpus abunde nutrit. Hæc de lactis facultate nouisse, in præsentī opere suffecerit. Eius namque utilitates, quas in morbis præstat, ijs qui quauis ex causa tabe laborant, aut ulcus habent in pulmone, proprie ad medendi rationem pertinent.

De caseo.

DE casei quidem facultate iam diximus, cum de lacte sermonem faceremus, satius tamen fuerit nunc rursū particulatim de eo tractare. Nam dū paratur, assumit ab insecto coagulo acrimoniam, humiditatemq; omnem deponit, & potissimum, si inueterarit: tum enim quā prius acrior euadit, & manifeste calidior redditur, atq; ardentior: ob id ipsum [ siticulosior ] & ad coquendum difficilior, & peioris succi efficitur. Qua de causa, nec id ipsum, quod crassis cibis acres ac tenuantes facultates admixtas habentibus, inest commodi, caseus citra noxam possidet. Maior enim noxa ex succi ipsius prauitate, & ardenti calore accidit, q̄ crassorum tenuatio conferre queat: quando ad calculorum in renibus procreationē hic succus [nō] minus est noxiū. Ostendimus enim calculos in illis corporibus nasci, in quibus succorum crassities cum ardenti calore est coniuncta. Fugiendus igitur est eiusmodi caseus, ut qui nihil conferat neque ad coctionem, neq; ad distributionem, neque ad mouendam urinam, neq; ad uentris deiectionē ceu utiq; nec ad succi probitatem. Deinceps autē malus quidem, sed prædicto minus est putandus, qui neq; est uetus, neq; acris. Omnium autem caseorum recentium is est præstantissimus: qualis apud nos Pergami, & in Mysia, quæ est supra Pergamum, fit, qui ab incolis oxygalactinus appellatur, suauissimus quidem in cibo, stomacho autem minimum noxiū, alijsq; omnibus caseis cōcoctu transituq; faciliior, succum habens non uitiosum, neq; usq; adeo crassum: quod uitium omnium caseorum est cōmune. Præstantissimus etiā est is, qui Romæ apud diuites celebratur, βελύ appellatur: & præterea alij quidam in alijs regionibus. Cum autem singulatim permagna sit in ipsis differentia, tum pro animalium natura, tum pro præparandi modis, & præterea ipsorum caseorum ætate: conabimur hoc in loco ipsorum facultatē paucis scopis circumscribere: quibus quis intentus, meliorem à deteriore facillime discernet. Scopī quidē in genere sunt duo, quorum alter in cetera substan-

tia casei consistentia uersatur, secundū quam mollior est aut durior, densior aut laxior, glutinosior aut friabilior: Alter in gustabili qualitate cōsistit, secundum quam in quibusdam ipsorū acor superat, in alijs acrimonia, aut pinguitudo, aut dulcedo, aut aliud quidpiā id genus, aut omnī est uelut æquabilitas. Porro secundū speciales differentias prædictorū generū, mollior quidē durior est præstantior: rarus uero ac laxus, densio admodum ac compacto. Iam uero cum glutinosus ualde, & is qui ad asperitatē usq; est friabilis, sint uitiosi, præstantior est, qui inter hos duos est mediū. Quod autē ad eam dignotionem, quæ fit gustu, pertinet, is omnī est præstantissimus, qui nullam uehementem habet qualitātē, sed dulcem habet supra alias parum eminentē. Suauis item insuauis est præstantior: & mediocriter salutus, eo qui est permultū, & eo qui omnino salis est expers. Postea tamen q̄ caseum sic examinatū sumptis, licebit etiā ex ructu cognoscere, qualis inter caseos sit melior, aut deterior. Cuius nāq; qualitas paulatim marcescit, præstantior: cuius contra perdurat, nō bonus. Iste enim perspicue ægre mutatur, atq; alteratur, & ob id ipsum ægre conficitur. Omnium em̄ qualitātū, quarum ante meminimus, alteratio necessario sequitur alimentorum coctionem.

De pedestrū animalium sanguine.

Sanguis [omnis] ad coquendum est difficilis, præcipue crassus, & melancholicus, qualis est bubulus: Leporinus autē ut suauissimus celebratur, multiq; ipsum cum iecore solent elixare: quidam autem cum alijs etiā uisceribus. Sunt qui suum quoq; iuniorum sanguinem edant, ceu alij etiā gradiorum, cum castrati fuerint: Aprorum uero nemo ne gustare quidem tentauerit, propterea quod insuauis est, & ad coquendum difficilis. Homerus quoq; caprarum sanguinem in cibo iucundum esse non ignorauit.

De alimento, quod à uolucris animalibus sumitur.

Veteres omnes animalia uolucra ac bipeda *ἔρvidας* nominabant: nunc autem apud Græcos consuetudo inualuit, ut quas illi *ἀλετρογίδας*, id est, gallinas uocabant, nunc solas eas *ἔρvidας* appellent, quæmadmodum & masculos ipsos *ἀλετρογίνας*. Autum porro omnium uolucris genus, paucissimum præstat alimentum, si ad genus gressilium cōferatur, potissimum, si ad suillā qua non aliud inuenias, quod copiosior sit nutrimentū: uolucrum tamen caro ad coquendū est faciliior, præcipue perdicis, atagenis, colūbæ, galli gallinacæ, & gallinæ: turdorum uero, & merularum, paruorumq; passerum (inter quos etiam sunt, quos turricolas uocant) caro q̄ prædictorum est durior: his autem ipsis, turturis, palumbis, anatisq; caro est durior: phasianorū, quod ad concoctionem, & nutrimentum attinet, gallinis est similis, uoluptate tamen in edēdo superat: his durior est pauonis caro, & fibro-

& fibrosior, & ad coquendum difficilior. Porro in omnibus uolucris animalibus, ut et in quadripedibus, scire in uniuersum oportet, quod augescientium caro multo est praestantior, quam aetate declinantium: media autem est inter utranque, florentium. Praua autem admodum est ualde nouellorum, sed diuersa ratione ac senum. Siquidem horum caro dura est, & sicca, ac neruosa: ideoque praua ad coquendum, & exigui nutrimenti. Contra animalium nuperrime editorum corpora, mucosa sunt, ac humida, eoque excrementis plena, facilius tamen per aluum secedunt. Haec in cunctis animalibus memoria teneto: id enim omnibus ipsis ex aequo inest secundum differentias, quae ab aetate sumuntur: communis etiam est, si sanitatem species, preparationis modus, quem antea exposuimus, & nunc rursus summam repetemus, facultates duntaxat in memoriam reuocantes, quod quae alia sunt & frigida in sartagine, ea sunt sicciora: quae uero in aqua dulci sunt elixa, alimentum corpori praebet humidius. De ijs porro quae ex albo iure, uariisque patinarum condimentis esitantur, antea abunde differuimus, ceu de domesticis quoque, & agrestibus. Non mediocris uero est differentia eorum, quae in stagnis, aut paludibus, aut lacustribus locis uiuunt, cum ijs quae in montibus, aut locis siccis degunt. Nam pro locorum natura ac proportione, animalium carnes sunt siccae, & excrementis uacuae, & ad coquendum faciliores: aut humidae, & excrementitiae, & concoctu difficiliores.

De anseribus, & struthocamelis.

**X**ενών nomen ueteribus etiam est consuetum, *στροκαμηλῶν* uero insolens. Nominant enim eas *μεγάλας στρωθῆς*: ego uero etiamnum adulescentulus, audiui sophistam quendam ex eorum numero, qui de eiusmodi problematibus differunt, in utranque partem disceptantem, ac probantem, huiusmodi animalia nunc aues esse, nunc uero non esse. Longe autem praestiterit non id, sed qualemnam alimentum, quod ab ipsis sumitur, habeat facultatem, inquirere: id autem ubi ex me audieris, per oculum ab alio discas, utrum oporteat animalia haec aues nominare, nec ne. Ipsorum igitur caro est excrementitia, multoque ad coquendum est difficilior, quam praedictorum uolucrum animalium: ipsorum tamen alae non sunt ceterorum alis deteriores. Quadonquidem in multis uolatilibus, potissimum quae parua sunt, & carne dura praedita, alarum substantia est fibrosa, ac dura. Quarundam autem caro tota est eiusmodi, cuiusmodi gruum: quas tamen & ipsas mandunt, plurimis ante diebus macerantes, & (ut sic dicam) mortificantes. Inter grus autem & anseres caro tardarum, quas uocant, quodammodo est media, quae *στρώθης* uel *στρώθης* appellantur: utroque enim modo prima syllaba proferatur, & scribitur, per *σ* scilicet, & per *ω*.

De differentia, quae est in partibus animalium uolucrum.

**V**iscera quidem in uolucris animalibus, eandem habent ad carnes proportionem, quam

in pedestribus habere memorauimus: intestina uero horum omnium omnino non manduntur, in eorum tamen uentriculis non ita habet. Vesci enim sunt, & nutriunt. Quidam autem ipsorum ualde etiam sunt iucundi, ceu anserum, post quos sunt altitium gallinarum. Quemadmodum autem in suis, dum adhuc uiuunt, hepar ex caricarum pastu ad uoluptatem praeparatur: ita in anseribus uideo ipsorum alimenta lacte imbui: ut non modo eorum iecur sit iucundissimum, sed potenter etiam nutriat, ac optimi sit succi, & deiectione minime difficile, probeque similiter in uentriculo coficiatur. Ad haec alae anserum ad concoquendum ac nutriendum sunt accommodatae: & ijs adhuc magis gallinarum. Ceterum cum iuniorum animalium caro ab annosorum multum dissidet, alarum quoque natura multo euidentius dissidet. Pari modo gracilia ab obesius discrepant. Nam iuniorum ac probe nutritorum caro praestantissima, pessima autem gracilium & annosorum. Pedes autem paulo minus omnium, cibo sunt inepti. Gallorum autem gallinaceorum cristas, ac palearia nemo nec probauit, nec etiam damnauit: horum uero testes sunt praestantissimi, praecipue altitium, & multo magis si cibis eorum, quo sunt nutriti, seroso lacte fuerit imbutus: nam & boni sunt succi, & ualide nutriunt, & ad coquendum sunt facillimi: deiectionem tamen nec iuuant, nec morantur. Ceterum animalia uolucra exiguum quidem habent cerebrum, sed ipsum tamen tanto pedestrium cerebro est praestantius, quanto est durius: uolucrum autem ipsorum, montana cerebrum habent quam palustria praestantius, pro aliarum omnium partium proportione. Quidam autem falso struthocamelis uentriculum laudant, ceu medicamentum quoddam, quod coctionem iuuat: alij uero longe magis mergi uentriculum laudant. Verum haec neque ipsa facile concoquantur, neque alijs in eo ceu medicamenta auxiliantur, ueluti zingiber & piper: & praeterea alia ratione uinum & acetum. Quod si de uolucrum animalium lingua, ac rostro dicere aggrediar, cum ea nemo ignoret, garrere merito exultabor.

De ouis.

**O**ua quoque inter alimenta, quae ab animantibus sumuntur, sunt numeranda, quorum tres inter se sunt differentiae: Prima quidem penes propriam substantiam. Gallinarum enim ac phasianarum sunt praestantiora: deteriora uero anserum ac struthocamelorum: Secunda autem penes tempus: aut enim longo ante tempore, aut breui sunt edita: Tertia penes cocture rationem: nam quaedam diutius cocta fuerunt: alia ad mediocrem usque consistentiam: alia duntaxat ex calfacta fuerunt. Secundum quas differentias, alia quidem cocta uocantur: alia tremula: alia sorbilia: Tremula uero ad nutriendum omnium sunt praestantissima: Sorbilia autem minus quidem nutriunt, sed facilius subducuntur, & pharyngis asperitates laeuigant: Cocta uero & ad coquendum sunt difficilia, & tardi transitus, crassiusque alimentum corpori tribuunt. His uero tardius

permeant, ac peioris sunt succi, quæ in calidis cineribus assantur. Quæ uero *πικρὴν*, id est, in sarragine sunt spissata, atq; ob id ipsum *πικρὴν* sarrapenem nuncupant, pessimum habent omnibus modis alimentum. Nam interim dum coquuntur, in nido rem uertuntur, & præterea quod succum crassum gignunt, ipsum etiã prauum gignunt, atq; excrementitium. Porro quæ *πικρὰ*, id est, suffocata appellantur, elixis & assis sunt meliora: paratur autem ad hunc modum. ubi ipsa oleo, & garo, & pauco uini conspersa fuerint: uas, quo continent, cacabo aquam calidam habenti indunt: deinde ubi ipsum totum superne obturarint, ignem substruunt, quoad oua mediocrè habeant consistentiã. Quæ enim supra modum sunt crassa, elixis & assis sunt similia: Quæ uero ad mediocrè crassitiem peruenerunt, & melius quæ dura concoquuntur, & alimentum corpori dant præstantius. Eidem etiã consistentiæ mediocritati, in tentos nos esse oportet, in ijs ouis, quæ superne caldarijs infunduntur, non permittentes neq; ipsa omnino in crassari: sed cum adhuc succum suum retinent, uas ab igne submouentes. Oua autem recentia ueteribus plurimum præstant: quippe optima sunt recentissima: uetustissima autem pessima. Quæ uero in horum medio sunt, proportionem recessus ab extremis, bonitate aut prauitate inter se differunt.

De uolucrum animalium sanguine.

**G**allinarum ac columbarum sanguine nonnulli uescuntur, maxime altitium, qui suum sanguinem haud quaquam esse inferior, neq; uoluptate neq; concoctionis facultate: plurimum tamen relinquitur à leporino. Sanguis autem omnis, quocumq; modo ipsum paraueris, ad coquendum est difficilis, & excrementitius.

De nutrimento, quod ab aquatilibus animalibus sumitur.

**A**nimalium in aquis degentium, permulta sunt genera, differentiæq; in ijs sunt, ac species. Nunc uero similitudines inter ipsas, quæ ad usum medicinæ pertinent, ut in prioribus fecimus, referemus: medicinã autem, aut artẽ sanitatis tuendę dicere, nihil ad præfens propositum interfuerit. De omnibus igitur dicemus, quemadmodum in alijs ante fecimus, quibus uulgo assidue uescuntur.

De mugile.

**M**ugilis ex squamatorum piscium est genere, nasciturq; non in mari modo, uerũ etiam in stagnis ac fluuijs. Proinde particulares mugiles magnum inter se habent discrimen, adeo ut pelagici mugilis genus, diuersum esse uideat ab eo, quod in fluminibus, stagnis, lacubus, aut riuulis urbium latrinas purgantibus, provenit. Eorum sane caro, qui in aquis limosis ac sordidis degunt, excrementitia est admodum ac muccosa. Optima autem eorum est qui in puro mari uiuunt, præcipue cum uentorum procellis agitur. Nam in quieto, nullisq; agitato fluctibus, tanto piscium caro fit deterior, quãto minus exercitatur in stagnis aut maritimis (quæ *λυμνοδαιαίτας* appellat) adhuc est deterior: et hac adhuc magis in stagnis: quæ si parua sint,

nec magnos fluuios recipiãt, neq; fontes habeãt, nec largum effluuium, multo profectio est deterior. Pessima sunt stagna, ex quibus nihil aquæ omnino effluit, sed stabilis est, ac planè immota. De ijs porro, qui in paludibus, lacubusq; atq; id genus locis degunt, initio diximus. Pessimã enim habet carnẽ, qui in eiusmodi locis degunt. Eorum autem, qui in fluuijs gignuntur, præstantiores sunt, qui in ijs gignuntur, in quibus aqua rapide fluit, ac copiosa est: qui uero in stagnantibus, non boni. Præterea penes alimẽta pisces meliores peiores uel euadunt. Nam quibusdam herbarum ac bonarum radicum copia suppetit, ijsq; eam ob causam sunt præstantiores. Alij herbas pascuntur limosas, & radices mali succi. Præterea qui in fluminibus urbem magnã præterfluentibus, hominum stercorebus & prauis id genus escis uicunt, omnium, ut diximus, sunt deteriores: adeo, ut si paulo diutius mortui permanserint, statim putrescant, & pessime oleant. isti autem in cibo sunt prorsus iniucundi, & ad coquendum difficiles, exiguumq; boni quidẽ alimentum, excrementum aut plurimum reddunt. Quare mirum non est, si prauum succum in eorum corporibus, qui quotidie illis uescuntur, congerant. Qui cum sint deteriores, omnium contra sunt præstantissimi, qui (ut diximus) in purissimo mari degunt, maxime ubi littora, quæ aquam in orbem ambiunt, terra non abundant: nec læuia, sed aut arenosa sunt, aut aspera. Quod si præterea ad boreã spectent, longe erunt meliores. Cum enim exercitationes propriæ non parum ad succi probitatẽ omni animanti conferat, puritas adhuc eius uentis, qui aquæ miscetur, substantiæ ipsorum bonitatem auget. Perspicuum igitur ex ijs quæ diximus, est, mare alterum alteri in eo præstare, quod aut purum planè est, aut fluuios multos et magnos excipit, ut Pontus. Pisces enim, qui in huiusmodi degunt, quanto stagnales antecellunt, tanto ijs, qui in puro mari degunt, sunt inferiores. Sunt autem & stagna quædam huiusmodi, quorum quædam *λυμνοδαιαίτας* appellat, ubi uidelicet fluuius magnus stagnum efficit, quod mari coniungitur. Et ut fluuius non stagnet, ubi primũ mari commiscetur, aqua ex falsa ac dulci est mista, & piscium caro, qui in ea aqua degunt, media est inter fluuiatium & marinarum piscium carnem. Communis autem tibi sit hæc ratio, alijs quoq; piscibus, qui in fluminibus, et stagnis, & mari gignuntur: nam bona eorum pars non ambigit: cum marini fluuiatium aquam fugiat: fluuiatiles autem ac stagnales, marinam. Mugilis uero omnium maxime aquis utriusq; utitur: eaq; ipsius natura est, ut à mari longissime discedens, aduerso flumine nateat. Hic quidẽ mugilis numerosas ac paruas spinas non habet, uti nec alius quispiam marinarum: qui uero est fluuijs, aut stagnis mare ingreditur, non secus ac cõgeneres, plenus est huiusmodi spinarum. Nam omnium ferè piscium caro, qui in stagnis, aut fluminibus gignunt, tenuibus spinis plena inuenitur, quas nullus marinarum habet. Nam quo loco magni fluuii ostium mari committitur, nonnulli quidem piscium fluuiatium in mari, quædammodum

& marini quidam in flumine capiunt, quos discer-  
nas, eo quod predictas spinas, aut numerosas, aut  
prorsus nullas habeant. Pauci sane fluuiatū mare  
ingrediuntur: at marini omnes fluuijs gaudent.  
Continuo aut & gustus mandenti tibi, præstantio-  
rem mugilem indicabit. Lucidior namq̃ ipſius eſt  
caro, & acrior, pinguedinisq̃ expers. Pingues cō-  
tra, & soluti ſaporis, tum cibo, tum ad cōcoquen-  
dum ſunt deteriores: præterea ſtomacho ſunt no-  
xijs, & uitioſi ſucci: quapropter cum origano ipſos  
parant. Quidā uero noſtrates, piſces quosdā in flu-  
uijs genitos *λυνίσκους* nomināt, rati diuerſos eſſe  
à mugilum genere: cætera tamen omnino animal  
animali eſt ſimile, niſi q̃ *λυνίσκους* paulo eſt candi-  
dior, caputq̃ habet minus, & ſaporē acidiorē;  
alimentū aut quod ab eo ſumitur, facultas eſt, qua-  
lem prius fluuiatū mugili ineſſe diximus. Proinde  
de nomine, nō de re eſt cōtrouerſia. Quod aut no-  
uiſſe magis retulerit, id iam dicā. Hic piſcis unus  
eorum eſt, qui ſale cōditi aſſeruātur. Nam ſtagna-  
lis ſic conditus, multo q̃ ante præſtantior euadit.  
quicquid enim mucoſum, aut uiroſum guſtu re-  
fert, id totum deponit: Verum recens ſalitus, ſan-  
diu ſalito eſt melior. Sed de ſalitis quidē piſcibus  
paulo poſt ſermo communis habebitur, ſicut de  
ijs, qui hyeme (ut ſic dicam) mortificantur.

De lupo ſeu laurace.

H Vne piſcem in aquis dulcibus natum nō ui-  
dimus, ſed ē mari in flumina, aut ſtagna aſcē-  
diſſe conſpeximus. Ideoq̃ paruus, raro: quē admo-  
dū mugilis, ſepe inueniſ. Et quanq̃ pelagijs ſit,  
ſtagna tamen maritima non fugit, nec fluuiorum  
oſtia: Pelagijs enim uocantur, qui in mare profun-  
dum ſecedunt. Alimentū ſane, quod tum ex hoc,  
tum ex alijs piſcibus prouenit, ſanguinem gignit  
cōſiſtentia tenuiorem, q̃ quod ex pedēſtribus ani-  
malibus ſumitur, adeo, ut non adfluenter nutriat,  
et celerius diſcutiā. Cum autē nomen hoc tenuius  
nunc in duabus rebus inter ſe collatis, nunc citra  
collationem enūciemus, ſciendū nos, cum ipſum  
ſimpliciter pronunciamus, ad ſanguinem medi-  
um inter extrema cōparare. Extremæ autem pra-  
uitatis ſecundum conſiſtentiam, ſanguis eſt tum  
crasſus, ut pix liquida: tum ſeroſus adeo, ut poſtea  
quam ē uena effluſus concreuerit, plurimū habeat  
aquoſæ humiditatis ſupernatantis. Laudatiſſimus  
uero eſt, qui inter hos exacte eſt medius, qui ſit ex  
pane optime præparato (de quo primo libro egi-  
mus) & animalibus uolucris, de quibus dixi-  
mus, perdice ſcilicet, alijsq̃ id genus: quibus ex  
marinis piſcibus pelagijs ſunt propinquū.

De mullo ſeu trigla.

H Ie quoque pelagicis piſcibus annumeratur:  
celebratur autem apud homines, tanquam  
uoluptate cibos reliquos ſuperet. Omnium ſer-  
uē aliorum carnem habet duriffimā, & ualde fria-  
bilem: quod idem ſignificat, ac ſi dicas nihil in eo  
eſſe lentoris, neq̃ pinguedinis. Nutrit certe, cum  
probe conſectus fuerit, omnibus alijs piſcibus co-  
pioſius. Diximus autē antea, quod cibus durior, ac

A crasſiorum partium, & (ut ſic dicam) terreſtris ma-  
gis, alimentum corpori præſtat copioſius, q̃ hu-  
midior ac mollior, præſertim quando præter id,  
ſubſtantiam habet corpori alendo accōmodo datam  
ac familiarē: quæ ſubſtantia uoluptate iudicatur.  
Nam alimenta, quæ tota ſubſtantia ab alendis ani-  
malibus ſunt aliena, ea aut non prorsus, aut inſua-  
uiter manduntur: ex familiaribus uero, quemad-  
modum humidius, minus nutrit, ita coquitur faci-  
lius ac diſtribuitur. Ergo nulli caro, iucunda qui-  
dem eſt, ut quæ alimentū eſt hominum naturæ ac-  
cōmodum: & quanq̃ alijs piſcibus ſit durior, mari-  
di tamen quotidie potest, propterea q̃ friabilis eſt  
& pinguedinis expers cū quadā acrimonia. Nam  
pinguia & lenta cibaria, ſtatim ut ſumpta fuerint,  
celeriter implent, & appetentiā euertūt. Præterea  
quod maius eſt, cōpluribus deinceps diebus ipſo-  
rum eſum nō ſuſtinemus. Verū nulli hepar pro-  
pter uoluptatē à guloliſ ſummopere expeti. Qui-  
dam uero ne ipſum quidem per ſe mandere uo-  
lunt, ſed garelæam, quod uocant, in uafe cum pau-  
xillo uini præparantes, in eo uiſcus ipſum tātū ſper-  
cōminuunt, quoad totum ſimul ex ipſo & humi-  
dis præparatis ſuccus unus fiat ſimplex ad ſenſum  
ac ſimularis, in quo nulli carnes intinctas mandūt.  
At mihi profecto nequaquā tantæ ſuauiſſitatis eſſe ui-  
detur, neq̃ tantā corpori utilitatē adferre, ut tan-  
topere ſit cōcupiſcendū, uti nec ipſum caput: quā-  
quam guloliſ hoc quoq̃ laudāt, ac ſecundas poſt ie-  
cur ferre prædicāt. Ceterū intelligere nequeo, cur  
per multi grandiffimos mullos emptitēt, cū nec a-  
deo ſuaui ſint carne, ut minores: nec ad coquen-  
dum facili, ut quæ dura admodū eſt. Ob eā igitur  
cauſam, cum quendā aliquādo interrogaviſſem, qui  
ingenti pecunia prægrandes mullos emerat, quid  
eſſet, q̃ illos tātōpere expeteret, reſpōdit ſe primū  
propter hepar illos tantū emiſſe: tum autē & pro-  
pter caput. Verum hæcenus de nullis hæc dixiſ-  
ſe, huic ſermoni, in quo utilitatem inquirere inſti-  
tuimus, ſatis fuerit. Porro optimi mulli ſunt, ut  
alijs etiā omnes piſces, tū propter mare purū: tum  
maxime propter alimenta. Nam qui cancellos uo-  
rant, & grauiter olent, & inſuaues ſunt ac ad co-  
quendū difficiſes, & mali ſucci. Hos porro dignoſ-  
ceſ, ſi prius quidem q̃ ueſcare, uentrē referaris:  
inter ueſcendum uero ipſe ſtatim guſtus ac olfa-  
ctus iudiciū adferet.

De piſcibus ſaxatilibus.

S Carum, merulam, turdū, iuliam, ſucā, percam  
ſa locis, in quibus uerſari comperiuntur, pi-  
ſces ſaxatiles appellant. Non enim in laxiſſimis, aut  
arenoliſ, aut terreis littoribus, ſed in petroſis pro-  
montorijs, & ubi ſaxa ſunt, deliteſcunt, ac pariūt.  
Inter hos autem ſcarus excellere ſuauiſſitate credi-  
tur, ſecundum hunc, merulæ ac turdi: tertio loco,  
iulix, ſucæ, ac percæ. Porro alimentū, quod ex eis  
ſumitur, non modo ad coquendum eſt faciſ, ſed  
hominum etiā corporibus eſt ſaluberrimum, ut  
quod ſanguinē medium cōſiſtentia generet. Me-  
dium autem uoco, qui neq̃ admodum tenuis eſt,  
neq̃

neq; aquosus, neq; uehementer crassus. At cum magna huius medij sit latitudo, de ipsius differentiis procedente sermone differemus.

De gobione.

Gobio littoralis est piscis, ex eorū etiam numero, qui parui perpetuo manēt. Prestantissimus aut ad uoluptatē, coctionem, simul ac distributionem, & succi bonitatem est is, qui in arenosis littoribus, aut saxosis promontoriis uiuit. Non autem æque est iucundus, neque boni succi, neque ad coquendum facilis, qui in fluminum ostiis aut stagnis maritimis uersatur. Quod si aqua limosa quoq; fuerit, aut fluuius urbem expurget, gobio, qui in eis gignetur, erit deterrimus: ceualij omnes pisces, qui in aquis huiusmodi uersantur. Merito igitur in saxatilibus piscibus nullū est inter congeneres discrimen manifestū, ut qui perpetuo in purissimo mari degāt, aquamq; dulcissimā, & eam quæ ex eiusmodi & marina est mista, fugitent. Secūdis aut post hos pelagicis idem accidit: neq; enim hi tantum inter se dissident, quantū qui in utrisq; aquis uersantur: horum nanq; qui in purissimo mari degunt, suorum congenerū sunt præstantissimi: contra omnium sunt pessimi, qui in fluminibus urbes expurgantibus uisitant. Medij uero inter hos sunt, qui in medijs locis uersant. Diximus autem hæc supra, cū de mugile agebamus. Cæterum gobionum caro, ut carne saxatiliū est durior, ita mollior q̄ mullorum. Ipsa igitur portione uescientium corpus nutrit.

De piscibus molli carne præditis.

Philotimus in tertio de alimentis, de piscibus carne molli præditis, ad uerbum sic scripsit, Gobiones autem, & succæ, tulæ, perca, murenæ, turdi, merula, lacerti, ad hæc alini, hamyæ, passer, iecorarij, cithari, umbre, atq; mollū carnū genus uniuersum, facilius q̄ alij pisces cōficiuntur. Ipsum sanē iure quis demiretur, quonā pacto scari præterierit, cū is inter pisces saxatiles primas teneat, quibus omnibus caro inest, q̄ alijs piscibus, mollior ac friabilior. Quidam enim ipsorum molli quidem sunt carne, sed nullam habent friabilitatem, ut quibus succus quidā lentus ac pinguis innatet: [alij nihil lētoris, nec pinguedinis habētes] in eo quidē saxatilibus sunt similes, carnis tamen duritie ab eis discrepant, cuiusmodi sunt pelagici propemodum omnes, nisi si qui ipsorū prauo alimento propriam carnem corrumpant, ut nulli, qui cancellos mandūt. Cancelli aut parua sūt animalia flauo colore, minimis cancris similia. Saxatiles uero, nec alimenta, nec loca mutant, nec dulcibus aquis utunt, ob eamq; causam omnes perpetuo sunt inculpati. Quos Philotimus quidem alios nominauit, alij aut asellos nomināt, si quidem probō utantur alimento, & mari puro, carnis bonitate cum saxatilibus cōtendent: qui uero prauo alimento utuntur, aut in aquis mistis, & potissimū si ea uitio fuerint, degunt, carnis quidem molliem non abijciunt, sed pinguitudinem ac lentorem acquirūt, propter quam neq; suauis amplius,

ut ante, manent, sed alimentū ex seipsis excrementum reddunt. In omnibus porro piscibus, id cōmuniter, ut diximus, memoria tenere oportet, pessimos gigni in eorum fluuiorum ostiis, qui latrinas expurgant, aut culinas, aut balneas, aut uestitum ac linteorum sordes, aut si qua sunt alia in urbibus, per quas medias fluunt, expurganda, & potissimum, si populosa urbs fuerit. Quin & ipsius murenæ, quæ in eiusmodi aqua degit, caro deterrima inuenitur: quanquam certe neq; flumina ipsam subire inuenias, aut in stagnis gigni, pessima tamen in huiusmodi fluuiorū ostiis, qualis est Tyberis Romam præterfluens, gignitur: eoq; in ea urbe omnium ferē marinorum pisciū minimo emitur: quemadmodū & qui pisces eodem in flumine nascuntur, quos nonnulli Tyberinos appellant, tanq; speciem habeant propriā, nulli marinarum similem. q̄ autem mitione eorū, quæ ex urbe in fluuium influūt, fiant deterrimi, ex eo intelligere poteris, quod meliores sunt, qui in eodē fluuiō nascūtur, prius q̄ is ad urbem perueniat. Quin & alius quidam est fluuius in Tyberim trecentis & quinquaginta stadiis ab urbe prorumpens, quem Nar appellant, qui pisces habet longe Tyberinis præstatiores. Nam & ab ipsis statim fontibus magnus oritur, & purus perpetuo declui rapidoq; fluxu in ipsum usque Tyberim profluūt: nusquam prorsus ne tantillū quidē restagnans. Porro q̄ propter cōsuetudinē uernaculos pisces experientia habet exploratos, ijs memoratis paulo ante indicijs ad ipsos dignoscendos nihil opus fuerit. Quibus uero eorū usus est insolitus, siue ex alia ciuitate eō migrarint, siue sint in colē, hæc omnia statim initio expendant, prius q̄ a propria experientia ad cognitionem naturę singulorū piscium adducant. Non igitur oportebat Philotimū simpliciter de omnibus tenera carne præditis piscibus simul tractare, neq; saxatiles alijs indiscriminatim permiscere. Hi nanque semper sunt optimi: quod asellis minime contigit, nec murenis, ut ne gobionibus quidem. Etenim quidam ex his in fluuijs & stagnis: alij autem in mari nascuntur: alij in stagnis maritimis, quæ uocant, aut omnino in aquis permistis, ubi magni fluuij ostiū mari cōmittitur. Plurimū certe particulatim inter se dissident, ut mugilis & murgina. Aselli uero his quidē minus: uerū tamen hi quoq; inter se nō mediocriter discrepant. Cæterum gobiones non perinde mollem, ac isti & saxatiles pisces, carnē habent, ueluti nec umbræ, quæ *σκιades* aut *σκιδναυ* duplici nomine appellantur. Quod uero ad citharos attinet, Philotimū uehementer miror: quibus cum rhombus sit adsimilis, carnem tamen habet ipsis molliorē, cum interim asellis longe sit inferior. Et hos igitur, & alios, quos uocant iecorarios, atque alios, quos Philotimus saxatilibus & asellis permiscuit, scito in medio esse piscium duræ carnis ac mollis. Nam nondum duræ quidem carnis sunt, & ab ijs, qui ex æte sunt molles, relinquuntur: quibus & soleam Philotimus non annumerauit: ut nec saxatilibus

scarum

scarum: nisi sanè passeris nomine soleā intelligat. Similes enim quodammodo inter se sunt passer & solea: nō tamen omnino eiusdem sunt speciei: Solea enim mollior est, & cibo suavior; ac in totū prestantior quā passer. Quin & lacerti medij quodammodo sunt inter pisces carnis mollis ac dure: nullus tamen memoratorum piscium aceto, aut sinapi, aut origano indiget, ueluti pingues, lenti ac duri. Quidā etiam frixis ijs in sartagine uescuntur: alij assant, aut in patinis condiunt, ut rhombos & citharos. Verum hi coquorum in patinis apparatus, cruditatis in totum sunt causæ, ad coquendum autē sunt præstantissimi, qui ex albo iure fiūt, quod ad hunc modum fit, Copiosam aquam primum iniice, deinde olei quod satis sit, adfundito, cum paucis anethi & porri: deinde cum pisces semicosti fuerint, salis tantum inspergito, quoad totum ius falsum nondum appareat. Hæc præparatio uel ægrotis ipsis est accommodata: quibus uero in culpata est sanitas, ijs pisciū in sartagine frixorū: secundo loco super craticula assorum, præparatio est accommodata, uerū hæc sanè oleum garumq; cum paucis uino exposcit: frixis uero plus uini garicq; addere conuenit, minus olei. Quod si quibus id stomachum subuertat, paratū habeant acetū, modicum in se gari piperisq; cōtinens. Qui enim ad id condimentū transeunt, melius concoquunt, & deiectio nihil eis deterius procedit: cuius potissimum gratia ex uino & garo quidam frixos pisces mandunt, pleriq; piper immittentibus: paucis, oleum. Nonnulli autē ex memoratis piscibus, cum frixi fuerint paucis sale inspersi, in cibo simul sunt suauissimi, præterea ad coquendum sunt meliores ac stomacho utiliores, q̃ si alio quouis modo essent apparatus. Omnium autē memoratorū piscium alimentum hominibus ociosis, senibus, imbecillibus, & ægrotis est accommodatissimum: qui uero corpus exercent, cibos postulant firmiores: de quibus supra disseruimus. Diximus autem sæpenumero molles & friabiles cibos ad sanitatem maxime conferre: q̃ ij omnium optimi sint succi. Nihil enim est, quod ad firmam ualeitudinem tutandam adeo conferat, quā succus bonus.

De piscibus duræ carnis.

DE his quoq; in secundo de alimentis Philotimus ad uerbum sic scripsit: Dracones, cuculi, musteli, scorpij, pagri: ad hæc trachuri, & mulli; ac rursum cernuæ, glauci, scari, canes, congridi, hamia, libellæ, omnesq; duræ carnis pisces, ægre cōficiuntur, succosq; crassos, & falsos in corpus distribuunt. hæc quidē Philotimi sunt uerba: nos uero singula eius dicta, ab ipso initio expendamus. Dracones quidem ac cuculi, omnibus ijs qui ipsis uescuntur, durā habere carnem, manifeste apparent: Mustelorum uero non una est species. Nam qui piscis apud Romanos in maximo est pretio, quem galexia appellant, ex genere est mustelorum: qui ne in Græco quidem mari usquam nasci uidetur: quæ causa est cur Philotimus ipsum ignorasse uidetur: id tamen nomen in exemplaribus dupliciter scri-

ptum inuenitur, in quibusdam enim γαλεοί, per tres syllabas: in alijs γαλεόνιου, per quinque. Et liquet sanè celebrem illum apud Romanos galexia in eorum numero, qui molli carne constant, esse habendum: reliqui uero musteli dura magis carne sunt præditi. Deinceps autē Philotimus scorpium, trachurū, mullum, cernuā, glaucum, inter duræ carnis pisces recte connumerat: in eo autem peccat, quod scarum (qui piscis est saxatilis) illis accenset: post hæc autem canem adscribit, quem in cetaceorum genere numerare oportebat, ut qui carnem duram habeat, atq; excrementitiam. Quatuor ipso in partes secto, ac salito uulgares homines uescuntur. Ingrati enim est saporis, ac mucosus. Ideoq; cum sinapi & oxelæo, atq; id genus acris condimentis cum mandunt. Ex hoc item genere sunt balenæ, & delphini, & phocæ. Ad quos proxime magni thunni accedunt: quantq; non æque ac predicti, in cibo sunt iucundi: insuauis enim sunt hi, & præsertim recentes: nam salsi euadūt meliores: Thunnorum autem caro, qui & ætate & corporis mole sunt minores, non perinde dura est, eoq; hi facilius quoq; concoquuntur, & ijs adhuc magis pelamides, quæ sale condita, laudatissimis salsamentis nō cedunt. Plurimæ hæc ex Ponto aduehuntur, ijs duntaxat, quæ ex Sardinia atq; Iberia important, inferiores. Hoc namq; salsamentum iure in summo pretio habetur, tum propter uoluptatem, tum propter carnis mollitiē. Vocatur autē passim uisitato nomine salsamentum Sardicum. Post fardas autem ac pelamides, myli qui ex Ponto adferuntur, præcipue commendantur. Post ipsos sunt graculi. Hæc itaq; uelut obiter de salitis piscibus sint dicta. Libellarū porro haud perperam Philotimus inter pisces duræ carnis meminit, uerum unā etiā earum insuauitatis mentionē facere oportebat, ceu aliorū quoq; quos omnino prætermisit. Congrū uero, pagrum, hamia, & aquilā recte duram carnem habentibus annumerauit. Suntq; alij quidam pisces, ut ipse inquit, duræ carnis, quorum nomina suppressit, q̃ eis homines raro utantur. Quare satius est nos quoq; omittis nominibus, ipsorū facultates ingere. Haud ergo male censuit Philotimus duræ carnis pisces egrius, q̃ molli confici. Siquidē tum cōcoctio, quæ in uentriculo fit, tum in singulis corporis partibus alendis assimilatio, in mollioribus quidem, facilius: in durioribus uero, egrius fit. Illa namq; fiūt, cum hæc alterant. Porro quæ molliora sunt, ea facilius alterantur, q̃ facilius etiā patiant: eorum autē, quæ alterantur, affectio est alteratio. Proinde recte dixit pisces duræ carnis ægre cōfici: recte etiā crassum succum gignere. Durior namq; cibus crassiorē habet substantiam: ut mollior tenuiorem. An uero falsum quoque succum dura cibaria procreent, deinceps erit considerandum. Philotimus namque, ut & eius præceptor Praxagoras, falsum succum ex ijs quæ supra modum coquuntur, generari tradit. Mihi uero non simpliciter, sed cum limitatione id pronuntiandum uidetur. Quoniā uero sermo hic

hic ad omnia dura cibaria communiter pertinet, pro-  
prio illum capite seorsum deinceps discutiemus.

An dura omnia per decoctionem sal-  
sos succos gignant.

**N**on solum in piscibus duræ carnis, sed in alijs etiā omnibus duris cibis, Praxagoras & Philotimus falsum humorem ex diuturniori decoctione gigni arbitrantur. Quem non falsum modo, sed etiā nitrosum appellat. Equidem cōperio plurimorum, aut si uis etiā omnium decoctum, quando coquitur, falsius semper euadere: post autem (ut & ipsi uolunt) amarū. Nam corpus ipsum solidū, quod in aqua elixatur, qualitates, quæ initio sibi inerant, in ea deponit ita: ut tandem *ἄριστον*, quod uocant, & aquosum euadat, neque quicquid falsedinis aut amaritudinis, aut acrimonie, aut adstrictiōis habeat. Clarius autem hinc rei ueritatē intelliges, si quando quod elixas, in aliam aquam trāsfusum, rursus elixaris. Inuenies namque id, quod decoquitur, propriam amisisse qualitatem, aquam autem eam in se recepisse. Quamobrem lupini, qui ex cere alibus sunt cibis, aquam amarā efficiunt: quod & ipsi qualitatem amarā habeant congenitam. Sic & eruum, & absinthium, abrotonum, polium, & alia omnia amara: ut solidū corpus, quod decoquitur, minus amarū appareat. Quod si in alia aquam transfundens, rursus (ut paulo ante dixi) decoxeris, magis etiā quam ante amarorem abieciisse deprehendes. Quod si tertio, aut quarto in alia aquam transfuderis, magis adhuc id accidet quam prius, adeo ut tandem omni prorsus amaritudine sit carenturum. Ad eundem modum, quæ acris sunt, ut allium, capra, porrum, aquam, in qua elixa fuerint, manifeste acris efficiunt: suum autem proprium corpus minus acre habent. Quod si subinde in aliam aquam transmutaris, omnem prorsus acrimoniam deponet. Quinetiam mala acerba, mespila, & pira syluestria, quanto magis coquas, tanto dulciora ipsa efficias, ipsum uero decoctum, acerbum efficitur. Si uero succos ipsos solos per se coxeris, primum quidem falsiores: postea autem amari etiam fient. Quamobrem, quod ad succos attinet, Praxagoram ac Philotimū recte sensisse (ut diximus) est concedendū: de solidis uero corporibus res aliter habent, ac censuerunt. Nam si, ut paulo ante diximus, ex prima aqua in secundam ipsa transferas, & post illam rursus in tertiā, aut etiam quartam: comperies ea prorsus priorē succum deposuisse, adeo ut degustantibus aquea insipidaque appareat. Quod si aquam non mutes, primo quidem decoctum necessario falsius apparebit, postea uero amarum. Verum ius ipsum in primis Praxagoram fecisse uidetur, quod per elixationem falsius redditur: non intelligentem, quod sale aut garo statim initio conditura in aquam iniecto, necessario procedente coctione succus falsior, quam ante efficitur. Quemadmodum etiam si nulla alia immisces puræ ac dulcissimæ aquæ salis minimū permisceas. Nam ea quoque feruēfacta, falsior redditur: nec mirum, cum ipsa aqua optima diutius de-

A cocta, falsam qualitatem tandem assumat.

De animalibus, quibus testa pro cute est.

**C**um id, quod totū corpus ceu uestimentum quoddam cuique natuum ambit, cutis appellatur, eique buccinarum, purpurarū, ostreorum, hiattularū, & aliorum id genus, tegumentum proportionē respondeat: idcirco hæc animalia ostracoderma appellant. Tegumentū enim, quod extrinsecus ipsis est circumdatum, testæ, aut lapidi palam est simile. Omnibus porro eiusmodi est commune, ut falsum in carne succum contineant, qui alium subducit, quod seorsum unicuique magis minus uel inest, pro qualitatis ac quantitatis ratione. Siquidem ostrea inter alia testacea carnem habent mollissimam: parua autem hiattula, uertebra, unguis, purpura, buccina, omniaque huiusmodi, duram. Non abs re igitur ostrea quidem alium ualentius subducit: corpus autem imbecillius nutriunt: duriora uero difficiliora quidem concoquuntur, sed firmiora sunt nutrimenti. Verū hæc quidem omnia elixantur: ostrea uero citra elixationē mandunt: quidam autem etiam in sartagine frīgunt. Quemadmodum autem ex testaceis animalibus, [quæ dura sunt] carnē ad coquendū, ita etiā ad corrumpendū habent difficilem: ob eamque causam ea sæpe ipsi exhibemus, qui bus cibi in uentriculo ob prauos succos corrumpuntur, siue ex iecore in eum confluat, siue ex ipsius tunicis contineantur: habent autem omnia, ut diximus, succum falsum uentri desiciendo idoneum: sed minus quæ dura carne sunt, quam ostrea. Proinde cibum corrumpentibus ea exhibemus, bis ter uel in optima aqua elixantes: & cum prior falsa iam apparuerit, in aliam puram transferentes. Gignitur autem ex ipsis succus crudus, quem uocant plurimus: ut ex ipsis quæ molli sunt carne, pituita. Quemadmodum igitur (cum succo falsum exuerint) caro ipsorum corrupta est difficilis, & alium sistit, ita si quis ipsos sale, aut garo condierit (quo modo hiattulas solent) succum ex ipsis genitum ebiberit, uenter quidem ei abunde desicitur, corpus tamen nihil ex eo sumet alimentum.

De crustatis.

**A**staci, paguri, cancri, locustæ, carides, gammarī, ac id genus alia, tenui testa cōcluduntur, duritieque testaceis sunt similia: sed minus quam illa falsi humoris continent: quantum eum habent satis multum. Dura in totum carne consistit: ideoque & ad coquendum sunt difficilia, & firmi alimentum, cum scilicet in aqua potulenta præcocta fuerint. horum quoque caro, ut ostreorum, cum præcocta, ut dictum est, succum falsum in aqua deposuerit, alium sistit. Aegre etiā corrumpuntur, non secus ac testacea, quæ duram habent carnem.

De mollibus.

**M**ollia uocantur, quæ neque squamas, neque asperam cutim, aut testaceam habent, sed mollem, instar humanæ: cuius generis sunt, polypii, sepiæ, lolligines, & alia quæ his sunt similia. Hæc certe quoniam neque squameum, neque asperum, neque testaceum regimen gerunt, mollia tangenti apparent



apparent: duræ tamen sunt carnis, & ad coquen-  
dum difficilia, exiguumq; in se succu salsum conti-  
nentia. Si tamen concoquantur, alimentum non  
paucum corpori exhibebunt. Cæterum hæc quo-  
que succi crudi plurimum gignunt.

De chartilagineis.

**H**orum animalium cutis est aspera, ac noctu  
splendicans, ideoq; nonnulli *ὀφθαλμοειδής*,  
*χαίη*, hoc est, quia splendorem habcant, *σκληρία*  
ipsa aiunt fuisse nominata. Inter ipsa aut torpedo  
& pastinaca, carnem habent mollem, ac iucundā,  
ceu & mediociter per uentrē subcuntem, nec con-  
coctu difficilem. Nutriunt item mediocriter, ceu  
alia quoque omnia, quæ carne molli sunt prædita.  
Cunctis porro id est commune, ut quæ partes ad cau-  
dam sunt, medijs partibus sint corpulentiores: id  
quod in torpedinibus præcipue inest. Nam horū  
animalium partes mediæ uidentur in seipsis habe-  
re uelut chartilaginé quandam tabidam. Raia au-  
tem, leuiraia, squatina, omniaq; huiusmodi, durio-  
ra sunt, & concoctu difficiliora, alimentiq; copio-  
sioris, quam torpedo & pastinaca.

De cetaceis animalibus.

**D**iximus quidem iam ante de cetaceis anima-  
libus, quæ marina sunt: in quo numero sunt  
phocæ, balenæ, delphini, & libellæ, ac grandiores  
thunni: & præter illa canes, quæq; his sunt similia:  
nunc autem de ipsis quoq; in summa dicendum,  
quod omnia eiusmodi, duram, & prauū succi, atq;  
excrementitiam habent carnem. Quapropter sale  
prius condientes, ipsis ut plurimum utuntur, ali-  
mentum, quod ex ipsis in corpus distribuitur, ea fa-  
litora tenuius efficiētes, eoq; coctioni, & sanguini  
faciendo accommodatius. Nam recens horum ca-  
ro, ni ualde probe concoquatur, crudorum succo-  
rum copiam magnam in uenis congerit.

De echinis marinis.

**E**x multo edunt hi & garo alui subducendæ  
egritia. Parantq; in patinis, ovis, pipere, mel-  
leq; iniectis. Imbecillis sunt alimentū, ac medijs inter  
ea, quæ humores extenuant ac densant.

De melle.

**O**mnis alimentorū materia hæcenus duobus  
generibus est cōprehensa, quorum alterum  
quidem ipsorū à plātis: alterū uero ab animalibus  
sumebatur: ab utroq; uero ipsorū mel est secretū.  
Oritur enim in plantarū folijs: est aut neq; succus  
earū, neq; fructus, neq; pars, sed eiusdem cum ro-  
re generis: non tamen assidue, nec copiose, ut ille,  
prouenit. Memini aliquando, cum æstate super ar-  
borum, ac fruticū, herbarumq; folia, mel quāpluri-  
mum fuisset repertū, agricolas uelut ludentes cecidi-  
nisse, Iuppiter melle pluit. Præcesserat aut nox, ut  
per æstatem, bene frigida (nam tūn tempus anni  
æstiuum erat) pridieq; calida & sicca fuerat aeris  
temperies. Peritis quidē naturæ interpretibus ui-  
debatur, halitus à terra & aquis à solis calore subla-  
tos: ac deinde exacte tenuatos ac coctos, à frigore  
secutæ noctis concretos coaluisse: apud nos uero  
raro id accidit: in monte aut Libano quotānis per

Galen.

sæpe. Itaq; coria super terrā extendentes, & arbo-  
res excutientes, quod ab eis defluit, excipiunt, &  
ollas ac fictilia melle implent: uocantq; id mel ro-  
scidum & aerū. Proinde constat materiā, ex qua  
mel generatur, rori esse congenerē: uidetur aut &  
ex plantis, in quarū folijs colligitur, boni melle  
quidpiā ipsi accedere. Ideoq; laudatissimū in locis  
mel gignitur, in quibus thymus, & aliæ quædam  
herbæ ac frutices temperamento calidæ & siccæ,  
assatim proueniunt: tenuiorū enim est partium id  
mel, quod in huiusmodi plantis generatur: ideoq;  
in calidis corporibus propte in bilem uertitur: fri-  
gidis uero, siue per ætatē, siue morbum, siue natu-  
ra talia fuerint, est accommodatissimū: ob id in san-  
guinem mutatū, nutrire ipsa potest: in calidis uero  
prius in bilem q̃ in sanguinē mutatur. Cum aut te-  
nuum sit partū, acrimoniæ quiddā habeat est ne-  
cesse, qua aluum ad excretionē prouitet, quam cer-  
te adimētes, ipsum efficimus ad distributionē &  
coctionē accommodatius: cōmodissime aut ipsam  
adimēmus, si primum multū illi aquæ admiscueri-  
mus, ac deinde tātis per coxerimus, quoad spuma  
re desinat: oportet aut spumā statim ut emerferit,  
continenter ab ipso tollere. Cum enim hac paran-  
di ratione acrimoniā deposuerit, neq; amplius al-  
uum ad excretionē irriter, haud cunctanter in cor-  
pus distribuetur. Melicratū uero, quod paulisper,  
aut nihil omnino coctum fuerit, prius deijcitur, q̃  
concoqui, & in corpus distribui, & nutrire possit.  
Præterea in eo differūt, q̃ mel non plene coctum,  
in uentriculo atq; intestinis status quosdā gignat:  
contrā quod in decoctione spumam omnem abie-  
crit, status est expers, & urinam mouet. Quod si  
quis citra aquæ admisionē, mel solū delingat, nu-  
triet quidem infirmius, sed aluum promptius deij-  
ciet. Largius uero sumptū, uentrem superiorē ad  
uomitum solet concitare. Elixum autē sine aqua,  
neq; uomitū similiter mouet, neq; aluū subducit:  
uerum distribuitur, et nutrit magis: urinam aut mi-  
nus eo, quod cum aqua est elixum, ciet: quanquā  
ne tum quidē cum nutrit, alimentū multū corpori  
exhibet, adeo ut non defuerint, quibus nihil pro-  
fus alere uideretur: qui abunde cōsulantur in ter-  
tio de uictus ratione in morbis acutis, qui Hippo-  
cratis est liber, à nonnullis quidem contra Cnidas  
sententias inscriptus, ab alijs de pituita: utriq; in  
hoc delinquentibus: uti in cōmentarijs in eum li-  
brum scriptis ostendimus: in presentia uero satius  
erat ea de melle dixisse, quæ diximus, quorū sum-  
ma est. Senibus quidē ac in uniuersum frigidi tē-  
peramenti corporibus, mel esse accommodum: æta-  
te aut florentibus & calidis, in bilem uerti. Præte-  
rea nobis exiguum alimentū ex ipso accedere, ni-  
si uerti in bilem occupet: q̃ si ei id accēdat, tunc ni-  
hil profus nutrire posse. Clarum autē est, q̃ palli-  
dam, & flauam bilem ex eo gigni dicimus, non a-  
tram. Diximus enim iam sæpenumero, medicos  
solere bilem eiusmodi simpliciter, citra coloris ad-  
iectionem nominare: reliquas uero biles omnes,  
cum coloris sui nomine explicare: alias aut omnes,

Tom. 2

e

porracea



porracea excepta, cum corpus grauiter ægrotat, A excerni uidemus. Flaua uero, & pallida, & porracea etiam sine morbis, euomuntur sæpenumero, ac deijciuntur.

De uino.

Vinum quidem ex eorū esse numero, quæ no-  
strum corpus alunt, omnes fatētur. Nam si  
modo quicquid alit, cibus est, uinum etiam in ge-  
nere ciborum est ponendū. Quidam tamen medi-  
ci negāt id cibum esse appellandū, quod potus in  
sermone quotidiano, cibo sit oppositus, qui potio  
etiam appellat, ut cibus, esca, & edulū. Ob eamq;  
causam uinum nolunt uocare alimentum: quanq;  
alere ipsum non diffiteantur: quod uinum in præ-  
sentia requirimus. Quod si alias quasdā materias  
alere quidem concederent, alimenta tamen nomi-  
nare ueterēt, [omnium earum doctrinā in unum  
uolumen cōferremus. Cum autem solum uinum  
nolunt appellare alimentum,] tamen si ipsum nu-  
triat, pmittant nobis tractatui de alimētis breuem  
de uino sermonē adfingere. Quas enim uires Hip-  
pocrates in libro De uictus ratione in morbis acu-  
tis enumerat, non ut alimētū sunt, sed magis ut me-  
dicamenti. Illas quidē & in tertio cōmentariorum  
in illum librum, et in methodo medendi, ac sanita-  
tis tuendæ libris exposuimus: in presentia uero ip-  
sius differentias in alendo, sumus tradituri, sumpto  
hinc initio. Vinorum omnium rubra simul & cras-  
sa, sanguini generando sunt accommodatissima, ut  
quæ minima egeant mutatione, ut sanguis fiant.  
Post ipsa sunt nigra crassaq; & dulcia, tum quæ co-  
lore quidem rubra sunt, & nigra: consistentia autē,  
crassa, uia cum adstringendi qualitate. His autem  
minus sua natura alunt, q̄ alba sunt simul ac cras-  
sa & acerba: omnium autem minimū nutriunt, quæ  
colore quidem sunt alba: consistentia autē, tenuia,  
& aquis hydromeliti faciendo appositis quodam  
modo similia. Quod uero uina crassa magis q̄ te-  
nuia alant, declarat ipsorum natura, præterea expien-  
tia id ipsum cōprobat. Dulcia uero conficiuntur in  
uentriculo, ac distribuuntur facilius, q̄ austera, ut q̄  
facultate sunt calidiora. Quæ autem admodū sunt  
crassa, tardius quidem perficiuntur, ac distribuun-  
tur: si tamen in uentriculum adeo robustum inci-  
dant, ut cōfici recte ab eo possint, alimentū copio-  
sius corpori exhibebūt. Constat præterea, q̄ quem  
admodum hæc corpori alendo tenuioribus sunt  
præstantiora, ita ad urinā ciendam sunt deteriora.

De cibus sale conditis.

DE cibus sale cōditis, & medijs, ad finem ope-  
ris scribere distulimus: ne hæc igitur deside-  
rentur, tempestiuum iam fuerit utrorūq; uires ex-  
plicare. Animalium corpora, quorum carnes duræ  
simul sunt ac excrementitiae, ad saliendum sunt ac-  
commoda: uoco autem excrementitias (ut superio-  
ri sermone) quæ per totas sese diffusum habent hu-  
morem pituitiosorem: qui quāto copiosior fuerit  
ac crassior, tāto caro si saliat, melior euadet. Quæ  
uero aut admodū mollem, aut ualde siccum, & mi-  
nime excrementosum habent corporis habitum,  
ad saliendum sunt inepta. Salis namq; facultas (ut

in opere de simplicibus medicamētis, demonstra-  
uimus) est composita: nam corporum, quibus ad-  
mouetur, humores superfluos tenuat ac digerit, et  
præterea corpora ipsa cogit in sese ac condensat,  
cum nitri spuma ac laxū aphronitū tenuare qui-  
dem & discutere possint, cogere uero & conden-  
sare non possint. Corpora igitur, quæ natura sunt  
sicca, salis conspersu exarescunt, cibo fiunt inepta:  
quidam autem leporem salire aggressus, mustellis  
exiccatis similem reddidit. Suum uero obesorum  
ac ætate florentium carnes, ad saliendū sunt appo-  
sitæ, ut quæ utriusq; excessus sint expertes, anno-  
rum uidelicet siccitatis, & nouellorū porcello-  
rum immodicæ humiditatis. Quemadmodū enim  
corpora sicca, salita, corijs euadunt similia: sic con-  
tra quæ immodica humiditate diffluunt, salis com-  
mercio contabescunt. Ob eam causam nec pisces  
mollis carnis, & excrementis uacui, ut quos saxa-  
tiles uocant, & aselli, qui in puro mari degunt, ad  
saliendum sunt accommodi. Graculi uero, & pelamides,  
& myli, sardæ, & sardenæ, quæq; saxatina  
uocant, & salsamenta, ad saliendum sunt appositæ:  
præterea ex marinis belluis ceracea, salita, euadūt  
meliora: habent enim & ipsa carnem excremento-  
sam. Nulli uero, q̄ dura eorū caro sit, & ab excre-  
mentis pura, non sunt ad saliendum accommodi.  
Ex his autem perspicuū est, ea ad coquendum esse  
difficillima, quæ sale condita, dura euadunt ac ner-  
uosa, & ueluti cutacea ac coriacea. Quæ uero con-  
tra habent, tenuia quidem ipsa redduntur: mansa,  
autē, humores crassos ac glutinosos tenuant. Præ-  
stantissima autem omnium, quæ mihi experientia  
cognoscere licuit, sunt, quæ à ueterib; medicis sar-  
dica salsamenta nuncupant, hodie sardas uocant:  
& myli, qui ex Ponto aduehuntur. Secundum au-  
tem post illa locum habent graculi, & pelamides,  
& quæ saxatina appellant.

De medijs edulijis.

IN singulis differentijs, quas alimentis inesse di-  
ximus, quædā sunt media. Etenim inter ea quæ  
molli sunt carne & quæ dura, mediū quiddam re-  
perias, quod nec molli, nec dura sit carne: similiter  
inter tenuantia & incrassantia: calfacientia & refri-  
gerantia: siccantia & humectantia. Atq; animali-  
bus naturalem temperiem inculpatā quidem ser-  
uantibus, similia suis naturis cibaria conueniunt.  
Iis uero, quæ prauam temperiē, aut ab initio sunt  
sortita, aut post acquiuerunt: non similitum sibi-  
ipsis efus, sed contrariorum est utilis. Seruatur e-  
nim similibus, quod probe secundum naturam est  
temperatum: quemadmodū quod male est tempe-  
ratum, à cōtrarijs ad proprium temperamentum  
adducitur. Itaq; singulæ animalium naturæ suum  
propriū medium habebūt, ut homo quidem ta-  
le, canis autem tale, atq; ita in alijs omnibus. Præ-  
terea huic homini sigillatim tale secundum hanc  
& illam ætatem, ad hæc etiam secundum uitæ con-  
ditionum, atq; institutorum, & regionum, in qui-  
bus iamdiu habitant, differentias.

# CL. GALENI DE CIBIS BONI ET MALI SVCCI FER=

DINANDO BALAMIO SICVLO

101

INTERPRETE.

102

NON NÆ caritas affi-  
dua, quæ non paucos ab  
hinc annos multas natio-  
nes Romano Impio sub-  
ditas afflixit: ijs qui non  
omnino rudes imperitiq;  
sunt, planè significauit,  
quãtam uitiosi corporis  
succī (Græci cacochy-

man dicunt) ad gignendos morbos uim habeat. Nam qui intra urbes degebant (sicuti moris est) dum sibi æstate pararent, quæ in proximū annum uitæ sui suffectura essent, uniuerso ex agris frumen-  
to hordeoq; fabis lētibusq; asportatis, cereales re-  
liquos fructus quos legumina & chedropa appel-  
lant, eorum etiam parte in urbes aduecta, agrico-  
lis relinquebant. Quæ cum illi per hyemem con-  
sumpsissent: mali succi alimētis toto uere uesci co-  
acti sunt. Teneris nāq; fruticibus, arborumq; ger-  
minibus, & extremis ramulis, tum bulbis, & mali  
succī plantarū radicibus alebantur. Agrestia quo-  
que olera, & quicquid fors illis uberius obrulerat,  
utpote herbas ferè omnes uiuentes decoctas, quas  
nemo unquam prius degustauerat, ad satietatem  
semper edebant. Ea propter cernere erat nonnul-  
los ultimo uere, sed ferè omnes ineunte æstate, mul-  
timodis uarijsq; per cutim ulcerib; laborantes. Ex  
his nanq; alia erysipelatode, alia erāt phlegmono-  
de, alia ad herpetis similitudinem serpentina, non-  
nulla impetiginē, uel scabiem quasi, & lepram re-  
ferre uidebatur. Sed ex his quæ sese miuillime per  
cutim extulerūt, uitiosos humores ex uisceribus,  
& imis corporis partibus extraxerūt. Cumq; non  
nullis instar carbunculi, aut phlegdænæ cum fe-  
bre acciderent: multos quidem longo tempore su-  
stulerūt: uixq; paucissimi ita affecti mortis pericu-  
lum euaserunt. Quinetiam febres permultæ absq;  
cutis ulceribus fiebant, quæ alui deiectiones gra-  
uiter olentes, mordacesq; ac postremo intestino-  
rum tormina, aut inanē egerendi uoluntatē, (quæ  
tinefmos græce dicitur) afferebant. Vrinæ etiam  
cum acritudine & graueolentia uesci in nonnul-  
lis ulcerabant. In alijs quoq; uel olido febres sudo-  
re, uel abscessibus putredinem contrahentibus iu-  
dicabantur. At quibus ex his quæ ante diximus,  
nichil accidit, omnes uel aliquo ex extis euiden-  
ti phlegmone correpto, uel ex uehementi prauaq;  
febre interiere. Cum aut morbi initio medici non-  
nulli per paucis uenam incidere auderent, (neque  
enim abre ab eius generis remedio abstinebant,  
quandoquidē prius agrorum uires resoluebant)  
missus quidē sanguis, non adeo probatè bonitatis  
spectabatur, qualis ex salubri corpore mitti solet:  
sed uel igneus magis, uel atrior, uel serosior erat,  
uel acer, & eam ipsam dissectam uenam dum fluxe-

ret pungens, ut egre inde ad cicatricē coiret. Non  
nullis præterea, præcipueq; morituris ea cū febrī-  
bus acciderunt, quæ menti uel uigilijs officerent,  
uel sopore, Græci cataphoran uocant. Sed nec mi-  
rum fuisse contrarios morbos symptomataq; quī-  
bus tunc illi corripere, cū non modo natura aut  
ætate inter se inuicēq; differrent, sed uictus quoq;  
ratione: quo uariæ & cōtrarias uires habente, supe-  
riore uictus inopia usi sunt. His enim rebus qua-  
rum cuiq; copia erat, uescebant, quæ cum dissimi-  
les uariæq; essent: eas nonnulli sumebāt, quæ uel aci-  
do, uel acri, uel amaro, salisue succo forēt: alij que  
austero, aut tenaci, aut adstringēdi, uel refrigeran-  
di, uel egregie quidē humectandi uim obtinente,  
aut quæ ueneni participes extitissent. Ipse em̄ non  
nullos inspexi ab esu fungorū protinus interiisse:  
alios ab esu cicuta, aut ferulæ: ex hisq; ægre ppau-  
cos mortis periculo liberatos. Cunctis ergo homi-  
nibus cōsiderate & cum ratione uiuentibus, illud  
erat perspicuū, quæ scilicet ratione exteriores ulce-  
rationes multifariā se habent, (multiplices quidē  
diuersaq; sunt tumorū species: alius nanq; phleg-  
monodes: alius erysipelatodes: alius præ duritie  
scirrhomodes: alius œdematodes efficiē) eadē ratio-  
ne eiusdē generis affectiones nonnullis in profun-  
dis partibus quas principales dicimus fieri etiam  
posse. Sed illi dumtaxat perperā sentiunt, errantq;  
qui ab Hippocratis doctrina quæ de humorib; ha-  
betur, discrepāt. Audent enim cuilibet rei potius  
q̄ ipsi humoribus causas assignare. Veruntamen  
horū nonnulli mihi clām retulerunt, se quidē aper-  
tissime agnoscere, q̄ contentiose & altercandi stu-  
dio Hippocrati aduersantē, censentq; humores ad  
secundā uel aduersam ualetudinē neq; boni neq;  
mali quicquā afferre. Sed eos pudet etate iam con-  
fectos, quinquaginta post annos, in Hippocratis  
sententiā descendere, eamq; approbare & sequi.  
Nanq; hoc pacto (ut aiunt) nō ijs tantū qui ab il-  
lis cruditi instructiq; sunt: sed ijs quoq; qui illorū  
consuetudine operaq; usi sunt, obliuissē uiderent.  
Adde q̄ a plerisq; ceu uera dogmata professi, ho-  
nore afficiunt: quæ si prauitatis plena, & nō recta  
esse faterent, longe alijs imperitiores haberentur,  
nemoq; in posterū, ut antea, illorū operā studiūq;  
requireret. his ergo, ut ratio postulat, ignoscēdum  
ā nobis est: neq; horum propositū damnādum, sed  
unā ipsi etiā infelicitatē eiusmodi doleamus, cum  
prius q̄ de ijs quæ didicissent ferè iudiciū pos-  
sint, in pessimos præceptores inciderint: uerum il-  
li odio digni, qui primū honoris & gloriæ cupidū-  
tate impulsī sectas dogmatū instituerunt. neq; em̄  
inuiti errant, sed sponte hominibus imponere stu-  
dent, qui cum illis familiarius uersant: cum nemo  
eō dementiæ deuenerit, ut nesciat quā malū sit hu-  
mores corporis in uenenosas qualitates conuer-  
ti.

Namque illi quorū causa hęc scribimus, difficile, uel omnino fieri non posse arbitrantur, ut haustu letalium uenenorū pereūtes, secerni dignoscīq; ab ijs possint, qui ab aliqua corporis affectione periere. Neq; enim (quod planē perspicimus) inficias ierit quispiā, ob humorē scilicet quem uenēnata animantia in icām particulam insigunt, uel illam celesiter uita priuari, uel in putredinē labi, uel doloribus uehemētissimis, aut phlegmone urgeri, nec nō scorpionē ieiuni hominis spūto bis terue aspersum protinus interire. Nam sicuti naturā quādā cum alijs quoq; naturis cōueniunt, sic altera quoque alteri aduersatur, eamq; corrumpit. Ab ijs ergo alimur quę naturā nostrę accōmoda sunt: quę illi aduersant, nos quidem ad perniciē ducūt. Sed de his copiosius in libris de naturalibus facultatibus, deq; simplicibus medicamentis diximus. ceterum ad pręsentis operis cognitionem, ea tātum referre sit satis quā ipse sterilitate annonę obseruauit. Quod si mihi fidē adhibere uolueris, nulla quidem causā ad mentiendū impulsio, sed agere admodum ferenti, q; pleriq; falsissima scribant, quā longum sunt experimento ad hunc usq; uitę diem a me cognita, deos quoq; ad hęc testes implorās, recensebo. Pater meus geometrię, architectonię, astronomię, arithmetię, logisticię studijs plurimū ualuit: maximeq; omnibus quibus erat notus, ob ipsius iustitiā, modestiam, bonitatē ut quiuis ex philosophis, admirationi fuit. Is cum puer ipse adhuc essem, eam mihi uictus rationem insituit, ut nullis per id tempus obnoxius morbis uiuerim. Vbi uero adolescentiam sum ingressus, ille in agrum, rei rusticę studiosus concessit, ego uero doctrinę studiū ardētius quā ceteri cōdiscipuli die noctuq; operam dabam. Sed cum per totum id tempus, quod oporan uocant, horāis, hoc est temporarijs uel fugacibus fructibus unā cum aequalibus meis uberius usus essem, adueniente autumno, acuto morbo correptus sum, uenāq; incidere opus fuit. Cumq; ergo in urbem Pater reuerteretur, ad me obiurgandū se conuertit, eiusq; generis uictus admonuit, quo eodem suadente, usus antea fueram, utq; ab illo in posterum minime discederem, uitaremq; sordalium incontinentiū cōsuetudinē pręcepit: Tum sequenti etiā anno operā curamq; adhibuit ut sobrie uiuerē, atq; horāos fructus cum moderatione gustarē. Atq; ita in eo anno qui erat ætatis meę duodeuicesimus, incolumis uixi. Sed cum altero deinde anno Pater excessisset ē uita, ipseq; unā cum eiusdem ætatis amicis oporę fructus ad satietatē sumerem, in ægritudine superiori cōsimilē incidi, ut tūc quoq; sanguinis missio ne opus esset. Deinde uero uel singulis annis, uel alternis nonnunq; ad octauū usq; & uicesimū annum morbo aliquo laborabā. Cumq; tunc temporis periculū esset, ne ea pars mihi, quę iecur septo trāsuerso annexū est, abscessu corripetur, ab esu horgorū omnium mihi penitus abstinendū proposui, exceptis ficibus uuisq; omnino maturis, quas neq; intemperanter ut antea, sed cum moderatio-

ne sumebam. Quam sanē uictus rationē, cum quidam ex sodalib. natu me duobus annis maior cōprobaret. curam ambo adhibuimus, ut exercermur, cruditatesq; omnino uitarem, ob idq; ad hanc usq; diem multos iam annos incolumes uiuimus. Reliqui uero ex amicis, qui me hortante exercitatione usi sunt, moderateq; cibum sumpserunt, recte omnes semper ualent, sed alij quidem a quinto iam & uicesimo, alij ab aliquanto paucioribus annis, ut cuiq; scilicet persuasum est, horęos fructus, cibosque alios mali succi uitari oportere. De qbus in hoc opere a nobis agendū est. Si quis ergo poterit ante cibū exerceri, haud sanē exquisitis admodū cibis utatur. Cui uero negocia & occupationes impedimēto sunt, non modo huic probato innoxioq; uictu, sed salubribus quoq; medicamentis opus est. Pleriq; enim in eo uitę genere constituti sunt, ut cum neq; ante cibū probe exerceri, atq; aptis temporibus cibum sumere, neq; efficere idoneā concoctionē ualeant, quin morbo aliquo afficiantur, fieri nō possit, nisi per quādā temporum interuallaalui deiectiones pręparēt. Egēt quoq; interdū ualidiori uacuatione, opportunaq; sanguinis missione. Quādā pręterea salubria medicamina accōmodatis temporibus sumēda sunt. His ergo in primis hęc uictus rationē, ex qua probatissimus sanguis gigni possit, describimus, qui quiete uitā agunt, neq; ad fores potentissimorū ciuium ante lucem accedere, aut necessarijs occupationib. adstricti, ubi nimis sudarint inalgere, itēq; nonnullis dum lauantur assilire, eosdemq; domū reuertētes deducere, atq; etiam celerrime, ubi ipsi lauacris usi sunt, ad cœnam sese recipere cogunt. Post hęc enitendū a nobis est, ut quādā his etiam pręcepta tradantur, qui inquietā, ac negocijs destitutam uitā agūt. Quā in re meminisse opus est, quā tribus cōmentarijs de alimentorum facultate scripsimus. Cibi itaq; probati succi sunt, ex frumenta ceorum genere, Panes mundissimi, probeq; confecti, adhibita prius maceratione, debitaq; fermentatione, addito etiam sale, & in elibano decocti, mox furnacei. Alica uero, sicuti & Suilla caro, si exacte in uentriculo concoquant, tum in sanguinem a iocinore conuertant, probatissimos humores gignunt, sed glutinosi aliquid in se habent, ob idq; in ijs iecur obstruunt, & renes, quibus hęc a natura adstrictos meatus habent. Horum quoque usus uberior in supradictis particulis, uel grauitatem, uel dolorē nōnunq; facit. Adde q; iocinoris obstructions concoctū cibum in diuerfas corporis partes reddi prohibent (id anadosin Græci uocant.) Quin etiam in uenis quę per cauas ipsius partes, uel per mēsarēon sitę sunt, redundans humor periculū affert, ne uel putredinē cōtrahat, uel eę ipsę particulę in quibus congeritur, phlegmone la datur. Necesse est enim crudos crassosq; humores, uel cōcoqui uertiq; in sanguinē, uel in putredinē labi, nō secus ac quę calidis in locis diutius manserint. Quamobrē inuenta a medicis medicamenta sunt quę salubria appellantur, tenuan-

scilicet uim habentia. Ea namq; adstrictos meatus A  
obstructionibus liberant, ac siquid lenti humoris  
infixum uasis hæresq; fuerit, abstergunt, crassasq;  
humiditates attenuant ac dissecant. Quod si ijs quib;  
piam uberius utatur, ea uel serosum, uel biliosum,  
uel melancholicū procedente tēpore efficiunt san-  
guinem. Namq; eius generis medicamenta ut pro-  
pē dixerim omnia, nō modo tenuādī incidendiq;  
facultatem habēt, sed immodice etiam calefacien-  
di, ob idq; & solida exiccāt membra, crassumq; hu-  
morē reddūt, quo in renib; alio calculi gignuntur.  
Optima itaq; corporis constitutio quæ tempera-  
tissima est, meatus per quos humor fertur, paten-  
tiores habet, ac fieri quidē potest, ut corpus eius-  
modi bene semper se habeat, dummodo quātum B  
sit satis, ante cibū exerceatur, præcipueq; ubi cras-  
si succi cibos liberalius assumpsit, qualis alica (ut  
diximus) habetur, & Suilla caro, Panisq; furna-  
ceus, aut in clibano minus probe decoctus, neque  
ea cura & diligentia confectus, quā paulo ante re-  
censuimus. Tragus ex frumētacei generis alimen-  
tis eiusdem cum alica naturæ est, uerum agrius in  
uentriculi concoctione q̃ alica ipsa conficitur. Ad  
hæc quoq; propē accedunt Otorum uires, natu-  
raç, de quibus non secus ac de lacte multa distin-  
cte dicenda sunt, quæ accurate nobis in operis pro-  
gressu paulo post referentur. Sed quemadmodum  
prius formulam quasi quandam alimentorum de-  
scripsimus, q̃ boni maliq; & glutinosi succi sunt;  
sic eorum quoq; à nobis mentio facienda est, quæ C  
quodā quasi examinato modo se habēt, mediocri-  
tate inter crassæ ac tenuis materiæ cibaria  
sunt. Quæ alibi etiam in libro de extenuante uictu  
diximus. Sed plura ex his quæ tenuis materiæ sunt,  
medicamina potius, q̃ alimenta à nonnullis appel-  
lantur: at quæ glutinosos crassosq; humores gignunt,  
si probe in uentriculo concoquant, boniq;  
in iocinore sanguinem efficiunt, maxime ad nutri-  
candum efficacia sunt. Cibi autem nulla omnino  
ex parte dānandi, neq; tenues, neq; crassi sunt, sed  
ueluti in symmetria, omnisq; excessus mediocrita-  
te consistunt. Eius generis Panes optimi habentur,  
quorum confectionē libro de facultate alimen-  
torum primo scripsimus; præterea ex Gallinaceo  
rum genere foeminæ quidē & mares; ex Auiibus  
phasiani, perdices, attagenes, columbæ, merulæ,  
turdī, turtures, passeruli omnes; Pisces item saxa-  
tiles, pelagici, littorales, gobij, murenæ, buglossi,  
afelli, & simpliciter pisces omnes, qui neq; insua-  
tie, neq; mali odoris, neq; glutinosum quicquā gu-  
stu repræsentent. Sed ad horum naturā explican-  
dam multa quidē distincte dicenda essent, quæ ubi  
de mali succi cibis mentio à nobis fiet, enarrabi-  
mus. Sed quædā prius addēda quæ desunt. Quis-  
quis enim exercitatione multa uti, somnoq; ad sa-  
tietatem potest, eamq; sibi uite rationem delegit,  
quæ publicis negocijs forēsiq; labore minime im-  
peditur, is sanē crassi lētiq; succi cibis uesci potest,  
ac tum præcipue cum horum usus frequēior par-  
ti hypocondriori dexteræ nihil uel grauitatis uel

tenfionis afferat: cui autem ætas, aut consuetudo  
obstat, quin exerceri ante cibum possit, eius gene-  
ris uictu quem diximus, omnino abstineat; qui in-  
ertem penitus, et ociosam uitam agit, eius modi ci-  
tiam cibos uitet, sed uel suspensius agitetur, uel de  
ambulatione ualidioris exercitationis loco utat.  
Ad sanitatem enim tuendam, si corpora modera-  
te exercētur, mirum in modum prodest: at contra  
quies & otium diuturnā maximo illis nocumēto  
est. Neq; enim morbo quicquā corripere, si ac-  
curate obscuraret, ne in cruditates incideret, aut  
uehementer post cibum exerceretur. Nam sicuti  
bonæ ualitudini uite cibū exercitatio maximum  
affert cōmodum, sic qualiscunq; sumpto cibo mo-  
tus noxius admodum est. Alimentū enim ex uen-  
tre ante cōcoctionem in diuersas corporis partes  
distribuitur, proptereaq; crudi humoris copia per  
uenas aggeritur, quæ multiplices morbos affert,  
nisi aut multis laboribus is humor dissoluatur, aut  
à iocinoris uenarūq; facultate concoctus uersusq;  
in sanguinem fuerit. Quare qui tuendę tantum sa-  
nitati, non sicuti gymnasticæ dediti bonæ habitū-  
dini studēt, ijs tenacis maliq; succi cibos uitare tur-  
tissimū est. Deinceps ergo quæ hactenus de crassi  
succi cibarijs dicta à nobis non sunt, recensentur,  
rursusq; à Pane ipso ordiamur. Is em̃ si quod fer-  
menti & salis sit satis minime in se habet, parumq;  
maceratus, neq; quā deceat in clibano cocturam  
adeptus fuerit, crassum quidē succum nonnihil in  
se tenacis habentē gignit, quæ Praxagoræ ac Phi-  
lotimi sectatores glutinosum dicere soliti sunt. Ca-  
seus omnis crassus, uetus mali etiam succi est, recēs  
uero succi prauitate caret. Crassities autem eū len-  
tore non in omni est caseo, cum lactis ex quo gignitur,  
tum animalū, tum pabuli uarietate non par-  
uum discrimen sit. Caprini lactis usus frequens apud  
nos est, apud alios bubuli, sæpe etiam & ouil-  
lo utuntur, sed crassitiē in se habet, atq; idcirco asi-  
nino est cōtrarium, bubulum pingue. Caprinum  
inter cætera lactis genera moderate se habet, cum  
nondum admodum pingue crassumq; sit, ob idq;  
mediū quoq; esse censetur, quod in corporibus  
nostris præstat. Lac enim quod serosum est ac te-  
nue, minus nutrit, aluū magis deijcit; contra cras-  
sius aluum minus deijcit, magisq; nutrit. Constat  
enim lac omne ex triplici dissimiliq; substantia, pri-  
ma quidē serosa & tenui, altera crassa et ad caseum  
faciundum accommodata, tertia oleosa et pingui.  
Quæ sanē non itidem animantia omnia præstant.  
Nam camelinum asininumq; serosi humoris plus  
habet, plus casei ouillum, plus pinguitudinis bu-  
bulum. Capellæ uero inter cætera animantium ge-  
nera mediocritatem adeptæ sunt, rursusq; inter se  
inuicemq; collatæ alio quā diximus modo dis-  
ferre uidentur. Neq; enim harum parua discrimi-  
na sunt, ab ætate, à pastionibus, ab anni tempore,  
ab eo ipso spatio quo à partu ædito distant. Quæ  
abunde tertio de facultate alimentorum libro di-  
ximus. Nunc uero id tantum referre sit satis, capri-  
num lac sine melle sumptū periculosum esse. Ple-

risque enim qui purum illud hauserunt, coactum est in uentriculo, in speciem casei: quod quidem quum accidit, mirum est quam aggrauet hominem, ac strangulet. Maiori quoque admirationi est, cum in cuiuspiam uulnus, uel in uentrem, intestinumue aliquod sanguis in grumos compactus de fluxerit. Namque is frigore exoluitur, ac penè exanimatur, pulsusque immittitur, & male se habet. Quin & huiusmodi sanguis sese in uulnera insinuans facit, ut partes illi proximæ protinus putredinè contrahant. Sed cur is humor inter omnes alios corporibus nostris accommodatissimus ubi frigefactus est, huiusmodi pathemata inuehat, non parum certe inuestigationem requirit. Ex his enim plane perspicuum est, quantam uitiosi succi qualitates uim habeant, quas sane tanquam parui momenti, quidam nostræ huius ætatis medici aspernantur: eosque sequuntur, qui ita sentiendum esse primum commenti sunt. Eam ob causam lac ubi sumunt nonnulli, ne in uentriculo coaguletur, mellis, aquæ, & salis nonnihil admiscunt. Ad bonos autem humores gignendos ex ijs animantibus, lac probatissimum habetur, quæ bono corporis habitu sunt: idque ubi emulsi fuerit, statim hauriatur. Abundantius uero coctum satis crassum succum præstat, præcipueque si uel farinam triticeam, uel miliū, uel amyli cum eo decoxeris. Caseus omnis crassus, uetus mali etiam succi est, recens uero et modo coactus deiciendæ alui gratia ante cibū cum melle sumitur, succique minus quam uetus crassus est, nunquam autem mali. At quod ex lactis concretionē defluit serum, aluum egregie mouet. Quæ ex lacte & caseo placenta cōficitur, crassi succi alimoniam præstat, proptereaque iocinoris meatus obstruit. Eadem ratione quæ ex similagine & lacte ubi lagani aut rhyematis quicquid admistum sit: tum quæ ex similagine, uel omnino ex triticea farina & mureto conficiuntur, prauis succi omnia sunt. Quin etiam ipsa per se lagana rhyematique & bellaria omnia quæ ex tritico confecta sunt, & fermentatione carent, ac tum potissimum ubi nonnihil casei in se habent, succi sunt crassioris. sed mea quidem sententia quæ à nobis modo lagana ac rhyemata appellantur, ueteres cōmuni appellatione Itria dixerunt. Cochleæ crassi succi cōsentur: itemque Oua quæ uel elixa, uel tosta, penitus densata sunt, frixa uero mali succi, fumosaque in stomacho cocturæ sunt, secum etiam admistos cibos corruptentis. Quapropter inter deterrimas earū rerum habentur, quæ cōcoqui nequeunt. Mediocriter uero cocta, quæ ideo tremula appellantur, ad concoctionem, digestionem, nutritionē, bonique succi generationem præstantiora: sicuti & quæ sorbilia dicimus, si modum in coctura adhibueris, ad leniēdas gutturis asperitates idonea sunt, cum liquidū adhuc coactum densatumque non sit. In Aquatilibus uero quæ mollia dicuntur: uidelicet Lolligines, Sepiæ, Polypi, aliaque eius generis, crasso tenacique succo sunt: nec non ex piscibus quæ cetacei generis habentur, cuiusmodi sunt Thynni. Sed Pelamides

ex his magis ad mediocritatem tendunt. Ostreæ itē, Buccinæ, Purpuræ crassi admodū succi sunt, ac simpliciter quæ Aristoteles Ostracoderma, hoc est dura testa interfecta uocat. Chama, Patellæ, Perctines, Pinna, & alia eiusdem generis: quorū Purpuræ, & Buccinæ duriori sunt carne, & succi crassioris: sed caro in alijs, præcipueque in Ostreis & humidor, & tenacior est. Quorum omnium succum scire debes, non secus ac serum lactis, aluum deiscere: at solidiores ipsarum partes, serius ob crassitatem concoqui, crudumque & crassum & frigidum humorem gignere. Eadem quoque & Brassicæ, & Lenti euident potestas est: multisque alijs, sed minore efficacia. His de rebus, tribus de facultate alimentorum commentarijs uberius scripsimus. Reliqua ergo ex his omnibus, quæ crassi succi esse diximus, exceptis Purpuris Buccinisque, & glutinosa & tenacia sunt. Brassicæ ac Lentis non eandem cum glutinosis antedictis succi naturā sortitæ sunt, sed earum succus nitrosus, & deiciendæ aluo efficax est, sicuti Dracunculi acerrimus & amarissimus. Vtrunque etiā Aron præstat, sed minus efficaciter. Bulbi austeri amaroque succo sunt, ex ijsque lotis, & sæpius iterata coctura quicquid superest crassi succi habetur. sed Fungi inter huius generis cibos frigidissimo, tenacissimo, & crasso succo sunt: à Boleis tātum neminem interijisse memoriæ proditum est: sed hæc ubi cōcoqui nequiuert, cholera in nonnullis excitantur. Ab elu ceterorum fungorum alij mortui sunt, alij proxime ad mortem accesserunt, strangulationis periculo, uel alui fluoribus, aut cholera laborantes. Tuber leniter crassi, non mali succi est, huius generis Amyli habetur, nec mali, sed succi crassioris est. Itidē Nux pinea quæ ueteres Strobilon dixere, se habet. In his quæ crassi succi censentur, Iecur, Renes, Testes annumerandi sunt: uerum Iecur mali succi non est: Renes, Testesque non boni, his tamen exceptis qui ex gallina ceis habentur, præcipueque ex saginatis, itemque suillo iocinore, si quando id animal caricis nutritur, quod propterea Sycoton quasi ficubus altum uocant. Lien ex cæteris animantibus satis uitiosus succi est, et melancholicus, suillus uero minus nocet. Cordis substantia durior, ac fibris magis scatur quam quæ habet in alijs uisceribus: in his enim inter uascula, quædam concreti sanguinis substantia apparet: in corde fibræ multæ solidæ & longæ, non secus atque in musculis spectant, in quibus carnositas substantia circūdensatur, atque ea de causa non nulli ipsum cor in musculorum genere locandū putant, ex quorum substantia tota nostri corporis moles conficitur, tum quicquid proprie caro appellatur, esturque ex uicinis. Sed musculorum initia quæ Capita uocant, neruosiore quoquo modo sunt, in eaque capita ex ossibus ligamenta initium ortumque habentia disperguntur. In fine musculi Tendones oriuntur: eamque ob causam extreme utrinque illorum partes neruosiore: sicuti & mediæ carnosæ sunt, & uberrime nutriunt. hæc quidē partes ab omnibus Carnes appellantur, cū ipsarū fibras præ tenuitate minime

minime intreatur, quæ ex ligamētis nervisq; in hanc ipsam carnosam substantiam dispersis constant. Sed hæc cū iam ita ab illis caro prænomine-  
tur, non sine causa extremas ipsius duntaxat partes Musculum dicunt. Verum aliter res habet, nā totus musculus proprijs quibusdā liniamētis circumscriptus seiunctusq; ab alijs cernitur, obitq; functionem unā quæ est ex motibus voluntarijs. hoc enim nomīne eius generis motus ab his distinguendos putant, qui naturales & uoluntatis expertes sunt. Partes musculi quæ diximus discrimina recipiunt. In extremis animantium partibus caro inest paucissima, ossuofæ & nervosæ sunt, non nervi illius causa, qui uoluntario motu fungit (Nanq; is in huiusmodi partibus exiguus est) sed ligamenta his, & eius quem ueteres Græci Tendonem, Aponeurosin quasi enervationem, medici recētiore uocant. Hæc sanè elixa tenaci satis lentore & glutinosa sunt, eamq; ob causam simile etiam corpori alimentum præbent. Eandem quoq; naturam fortitæ sunt pedestrium animantium partes, quæ penes labia sitæ sunt. Lentum enim non crassum humorem gignūt, indicioq; est coctura, cum plurimum ibi tumoris concipiant, relaxenturq;. Cōmode hæc concoquuntur, itemq; Ale uolatilium communi quadam cum corporibus se exercentibus ratione, nanq; hæc omnia excrementis carēt; quæ uero in ocio degunt, excrementosa sunt. Suilla cutis præpinguis ubi probe elixa sit glutinosum pinguedinemq; in se habentem, non satis quidem crassum succum præstat, neq; ueluti extremæ partes concoctionem admittit, neq; bonum succū sed excrementosiorē gignit. Cerebrum quoq; pars crassi succi est, & quæ dorso excipitur Medulla. Sunt quoq; Glandulæ eiusdē naturæ, sed mediocriter, nec non iuuenum uictimarum Testes. Illud autem in cunctis animantibus communiter meminisse debes, scilicet seniorum, duras, siccas, & concoctū difficiles esse; at contra iuniorum, humidas, molles, atque idcirco commodius concoqui, his tamen exceptis, quæ ubi in lucem editæ sunt, protinus in cibo sumuntur. Nanque omnes eiusmodi mucosæ sunt, ac præcipue quæ suapte natura humidiori sint carne, ut Agni, & Sues; uerū Hædi, & Vituli, ut qui natura sunt sicciores, multo melius concoquuntur, nutriuntq;. Similiter ergo Glandulæ, Testesq; se habent; atq; etiam Lingua, cuius ferè natura glandulosa est. Quæ in Mammis glandulæ habentur, si lac in se continēt, Vbera appellantur: crassique succi edulia sunt. Quod si animal ex quo sumuntur, boni habitus fuerit, & abunde nutriunt, & bonum succum efficiunt. Quod sanè cum commune quoddam sit, satis id quidem semel audire: ut mox facile tibi in mentem redeat. Lac ergo, ut medici omnes literis tradiderunt, succi habetur probatissimi. Quapropter nonnulli pulmonis ulceribus affectos potione tantū lacis curari putant, antea scilicet potione ea ipsa ulcera amplentur, callosaq; fiant. Sed præ ceteris lac Muliebre, tanq; naturæ eiusdē, nobisq;

accommodatum, ab alijs medicis, præcipueq; ab Heridoto & Euriphone celebratur, ubera quidē more infantium illorum iudicio ab ita affectis surgenda sunt. Lac enim simulatq; est emulcū, naturæ bonitatis nonnihil amittit, ex quo constat planè inter cibaria omnia lac optimi succi & horum in primis, et aliorum quoq; medicorū iudicio censeri. Sed quod diximus non in his tantum cibis, uerum in alijs quoq; permultis communiter obseruari oportere, iam recensendum est: lac uidelicet ex ijs animantibus quæ boni habitus fuerint, boni succi: ex ijs uero quæ deprauato, non secus ac sanguis qui in illis habetur, mali succi esse. Neq; enim lac bonū succum præstabit unquam, cū totum corpus uitiatos humores habuerit, proptereaq; lac ex animantibus quæ boni sint habitus (ut diximus) ad bonos humores gignēdos probatissimum est. Idem Glandulæ ipsæ tū lac in se habentes, tum aliæ quoq; salubrium animantium præstāt. Itidē Iecur, Testesq; se habent; Hæc enim ijs animantibus sumpta, quorū deprauati humores fuerint, bonum succū efficere non queunt, uel eorū quæ iam cōsenuerunt; nullū enim ex ijs boni succi est: sed quæcunq; adhuc lactantia sunt, si matris lac probatum fuerit, eorū Iecur boni succi est, & ceteræ etiam partes bene se habent. Qualem uero alia animantium mēbra humorē gignant, paulo post à nobis dicetur. Nunc autem is sermo (ut ratio postulat) quem de crassi succi cibarijs prius inchoauimus, absoluat, quæ quidem cū pauca sint, à nobis recensentur, distinguentes uidelicet ex ijs tū qui malum, tum qui bonum succum efficiant, mox reliqua explicanda sunt. Vnus enim præsentis operis ad id pertinet, quò scilicet bonos humores gignere, malos autē uitare possimus. Cūq; sicut initio huius tractationis exposuimus, cibi qui crassi succi sunt, corporis perspirationem difficilem reddant; in eoq; ac præcipue in iocinore renibus nonnullas obstructions faciant; propterea ab eorum esu cōtinuo, & si boni succi habeantur, meo iudicio abstinendum. At si qui mali succi sint, seu tenues, seu crassos humores gignant, penitus uitandi, fieri autē potest, ut hi duntaxat, qui uehementer exercentur, uisceraq; à natura deprauate cōstituta nō habeāt; crassi glutinosiq; succi cibi uescantur, ijsq; minime ledantur. Est ergo ex crassi succi cibis utraq; Balanorum species, & quærnæ uidelicet, & fructus etiā *φαινών*, hoc est Palmarū. Græci palmas earūq; itidē fructus Phœnicas uocāt, ex his uero, quas quercus ferūt, Castaneæ quæ & Castana appellant, gratæ sunt homini & suaues. eas tū urbani, tū alij quoq; per Asiam, Sardinias, & Leucenas uocant à locis ipsis in quibus uberius oriūtur. Quā igitur ob causam Sardinæ dicatur, planè patet. Sed Leucenæ à loco quodā Idæ montis, quæ plurali numero ut Thebas appellant, nomen sumpserunt. Eius itaq; generis glandes uel assæ uel elixæ ab omnibus sumuntur. Sed quæ figura oblonga sunt, & similes palmulis ad sues potiusq; homines nutriēdos idoneæ, nisi quispiam

quispiam ingēti necessitate oppressus (ut in extre-  
ma uictus inopia accidit) edere illas cogat. Illignae  
uero Glandes (quas Graeci Acylos dicunt) durae  
sunt & acerbae, & propterea insuauis, & si ea ipse  
elixae sumantur. Nam & aegre concoctionem ad-  
mittunt, crassumque succum reddunt, eamque ob cau-  
sam uitandae sunt. Quod autem adstringētis suc-  
ci discrimina quaedam sint secundum plus minusue  
perspicuum est: in austeris enim adstringendi qua-  
litas remissa est: in acerbis intensa. sed quāto Acy-  
li inter ceteras glandes ualentiores adstringēdi po-  
testate sunt, tanto hac in re ab ipsis glandibus Ca-  
staneae superantur. In his enim astringendi facul-  
tas ualde imbecillis est, quamuis aequae ac reliquae  
glandes inter crassi succi cibos annumerentur, cō-  
modius tamen cōcoquuntur, ac nullatenus prauis  
succis, & adstringēda aluo minore efficacia sunt.  
Sed harum usui uberiorē abstinentiā, non ea tantum  
de causa, quod sicut multa quae diximus, crassi succi  
habeant, sed quod aegre cōcoqui, aluumque adstringe-  
re, & inflatōes excitare possint. Palmarum fructus  
(Graeci omnes quādammodum diximus tum palmas tum  
ipsarum fructus eodem uocabulo Phoenicas appel-  
lant) dulcis succi sunt, & adstringendi etiam facul-  
tate habentis. hos medici quidam recentiores cō-  
posito nomine Phænico balanos uocant, idque a-  
pud ueteres Graecos in usu non est: namque illi hos  
fructus *φαινίκοι βάλανος*, hoc est palmarum bala-  
nos, non phoenicas, seu phœnicobalanos dicunt.  
Nunc autem de nominibus distincte differere nō  
propositi operis est: sed ad eius generis homines  
pertinet, qui in ocio uitam agunt, eosque potissimum  
qui ueterem Atticorum linguam didicerunt: sed  
quae ad sanitatem faciunt, ea hominibus necessa-  
ria sunt. Cum eius generis uictu quem ratio bonae  
ualeitudinis postulat, uti omnes nequeant, uel quia  
negocijs dediti, uel quia intemperanter uiuant, uel  
quae tuendae sanitatis causa agenda essent, igno-  
rent, illorum duntaxat studio praesens opus aggres-  
si sumus, qui salubris uictus rationem agnoscunt,  
ad eamque sese accommodare studēt. Inter Acylos  
& Quernas Glandes, Castaneasque in ipsis parti-  
culatim arboribus, non magnam fructus discrimē  
recipit, at in Palmis non leuiter differt. Namque Aegyptia  
palmula dura, siccaque & austera, si cum ea  
conferatur, quam Graeci Pareton dicunt, quaeque  
& satis dulcedinis & imbecilles adstringēdi uires  
habet, natura inter se contrarias esse arbitaberis.  
Aliae uero inter has medietate censentur, ut quae plus  
minusue austeritatis aut dulcedinis habeant. Harum  
succus & crassitiem habet, ac facile iecur ob-  
struit, quodque scire ac meminisse expedit, dulces  
cibi crassique succi iocinoris ac lienis obstructiōes  
faciunt, tum inchoant iam in uisceribus phlegmonen  
fatis augere, inflationesque, & scirrosa uitia, nec  
non abscessuum generationes (ut liquido patet)  
proritant. Sed haec forsitan a salubri uictu cuius  
pars in hoc opere scribitur, remotiora sunt. Rur-  
sus ergo ad rem reuertamur, de quibus cibarijs aga-  
mus, quorum succus tum crassitiem, tum lentorem in se

habet. Ex his enim alia crasso duntaxat succo sunt,  
ut Lenticulae. lento alia, ut Maluae. nonnulla utrum-  
que sortita sunt, ut quae Mollia ab Aristotele &  
Dura testa intacta appellantur. Nostri autem cor-  
poribus alimentum accommodatissimum est, quod ex  
his rebus conficitur, quae nec crassi, nec tenacis suc-  
ci sunt. Haec enim moderata consistentiae sanguine  
gignunt. Quod uero tenue admodum est, uictum in  
se habet, siquidem parum nutrit, quaeque eo cibo nu-  
triant corpora, & gracilia & imbecilla reddunt.  
Ad bonam itaque ualitudinem eiusmodi cibi accom-  
odatissimi censentur, qui medietate quandam naturam in-  
ter ea quae diximus, habent, quique non nimis tena-  
ces glutinosique sunt. In his quoque uictum inest, qui  
omino friabiles habent, ut qui paucissimum in se le-  
ntorem habeant, Panis enim ex Panico Milioue cōfe-  
ctus, dum estur, arenidum quoddam, uel quasi cinerem sa-  
pit. Eapropter cum Etnos similiter ac Lecythos,  
ex antedictis confeceris, pinguis, lentoreque in se ha-  
bentia illis admiscenda sunt. Haec enim agricolae indi-  
to uel oleo, uel suillo caprinoue adipe, uel ouillo  
bubuloue lacte in cibo sumunt. Etnos a nobis ap-  
pellatur, quod ex fressis leguminibus chedropisque cōfi-  
citur: at Lecythos, cum haec ipsa molunt, eorundemque  
farinam adipe aliquo admixto in aqua decoxeris. Si  
uero cibaria per se nonnulla inspexeris anteaquam  
uel elixa, uel tosta, uel frixa, uel tantummodo madefa-  
cta propria praeparationem adepta sint, terrestria  
duraque apparent: elixa uero, aut humore madida,  
mollia reddunt. huiusmodi est, ex frumentaceorum  
genere, Hordeum, ac Triticum: ex arboreis fructibus  
Nux pinea. Ad id ergo mentem quoque adhibere de-  
bes, ut non modo cum in exteras regiones peruene-  
ris, uerum etiam apud nos, siquid tibi insuetum eden-  
dum est, eius prius naturam non elixi, sed aqua dunta-  
xat madefacti experiri, uel id tibi elixadum, assan-  
dum ue est. Nam quae ex seminibus aut omnino ex  
fructibus intumescunt, ueteremque protinus siccita-  
tem duritiemque deponunt, mollioraque & humidiora  
redduntur, praestantiora: quae uero minime tumet,  
pristinamque duritiem retinet, deteriora sunt. Haec  
enim & terrestri substantia sunt, aegreque concoquun-  
tur, atque ut, & in uentre perficiantur digeranturque,  
& in iocinore ac uenis in sanguinem conuertantur, ua-  
lentibus corporis facultatibus opus est. Quae sane  
ambae actiones in imbecillis corporibus haud pro-  
spere succedunt, proptereaque succus ex cibis eius ge-  
neris crudus redditur, ex quo multiplices morbi gi-  
gnuntur. Sed quoniam singulae fructuum species maxi-  
me inter se differunt, id animaduertendum est, ut si-  
qui tibi in cibo sumendi sunt, madefaciedi prius,  
interdumque etiam praecoquendi, ut cuiusmodi naturae  
fuerint, certissimum experimentum assequaris. Quia  
obrem Pater meus harum rerum diligens studiosusque,  
cum Amygdalas hoc pacto expertus esset, Nucleosque  
Iuglades Auellanasque quas Poticas, & a tenui pu-  
tamine Leptocarya appellant, idemque in olerum ge-  
nere, atque ite in Fabis, Cicerculis, Pisiss, nec non Lu-  
pinis, Ochris, Dolichisque tetasset, haec scilicet om-  
nia uel madefaciens, uel praecoquens, quantū deinde  
tumoris



tumoris cōciperent, agnoscebat. De Prūsana autē quidnā recēseri à nobis debet. Iā pueris planē patet, q̄ quæ celeriter turget, probatissima, quæ post multū temporis parū intumuit, uitiosa est. Nanq̄ illa liquaī, & in cremorē uertitur, hæc difficulter liquefcit, ac duritiē retinet, cremorēq̄ paucissimū præstat. Quin & cerealīa quædā semina dum coquunt, nequaquā tument: sed hæc à priscis quibusdā medicis quia percoqui nō possunt, Aterāna nūcupatur. Quāobrē Pater meus & eo quo paulo ante diximus modo, & copia etiā farinæ Tritici experiebat. Nā quod præstantius, plus quidē: quod deterius est, minus farinæ reddit. Quæ igitur dicturus sum ne arbitreris minime ad rē pertinere, siquidē quod cōmuniter habet de cūctis seminibus fructibusq̄ qui reponi possunt, id ab eodē Patre & à me etiā diu exploratū, longoq̄ experimento cōprobatum est. Sed iam patet eos fructus cōmode meo iudicio asseruari, qui priusq̄ marcescant, exiccant: idq̄ nonnulli sustinere non queunt, ut Mora, Pepones, Melopepones. Adde etiā Persica & alia eiusdē generis. Hæc em̄ putrescunt priusq̄ arefiant. Nonnulli Cucurbitas in tenues offas dissectas arefcere sinūt. \* Fungi etiā cū siccati nequeāt, uitū in se habere maxime indicant. Nempe de seruadis Prunis quid scribēdum est: Nemo est em̄ qui nesciat, ea non modo apud Damascenos Iberosq̄: sed apud nos quoq̄ seruari. Quare paucissimos fructus deprehēdes, qui sic cari non possint, præter quos diximus Pepones, Melopepones, Armeniaca, Persica, & quæ à Romanis Præcocia appellantur. Ficus etiā siccatae durat: ac Cucumeres ut Cucurbitæ reponūtur: sed hæc in usum hyemis asseruata eadē quoq̄ ratione explorāda sunt. Nā quæ aquæ madorē penitus hauserint, uel adhibita coctura, uel secus, inter cætera cōsimilis generis præstantissima sunt. Quibus uero accidit, ut multo tēporis spatio non admodum intumescāt, uitiosa cēsentur. Quò fit, ut cibi qui illico in tumorē crescūt, & natura meliores habentur, neq̄ aptius tantū cōcoqui possint, uerū quoq̄ ad bonos humores gignendos (cuius rei indagandæ hæc omnia scribimus) sint præstantiores. Nihil enim in cibarijs om̄ibus ad boni succi generationē tam pertinet q̄ si probe in uentriculo concoquantur. Nanq̄ hæc & alterā & tertiā concoctionē facilius admittunt, sed secūda cōcoctio (ut planē nosti) in iocinore & uenis, tertiā in singulis quæ nutriūtur partibus perficitur, cuius quidem gratia duæ illæ priores expetuntur. Nam quæ nutrienda sunt, nutriente secundū qualitātē mutato, & ad eius quod nutritur naturā assimilato, nutriuntur. Præparata autē præcoctaq̄ cōmodius q̄ quæ concocta nō fuerint, transmutantur: ad inuicē enim concoctiones succedunt: nā quicquid uentriculus concoxit, ad iecur transit, ab illo ad nutriendas partes transmittitur. Cunctis ergo corporis partibus iecur alimentū præparat: illi uentriculus: huic os: ori quædam uel iurulenta, uel asia, uel fixa, uel tantummodo madefacta: sed his

A omnibus gubernatrix natura fructiferas plantas præparat. Nonnulla etiā ab ea ipsa gignuntur, quæ nec elixanda, nec assanda, nec madefaciēda, nec aliter præparanda sunt. Sed hæc ut omnibus quæ edendo sunt cōmunia, in uniuersum nouisse oportet. Nunc uero quæ iam om̄issimus, particulatim attingamus. om̄issa autē sunt ex animalū partibus, Ventriculi, Vuluæ, Intestina, Aures, atq̄ etiā Caudæ, nec non cerealium seminū & plantarū quas Horæas uocant, atq̄ olerum quoq̄ per multa. Ventriculi ergo Vuluæ Intestina duriora quā caro substantia constant: quoq̄ ea duriora sunt, eo etiā concoctū difficiliora, nec adeo boni succi: minoresq̄ ad nutriendum q̄ caro ipsa efficacia sunt. Sed Caudæ sunt his quoq̄ duriores: relīqua uero in ipsis quæ ad concoctionē & nutritiōnē spectant, duritiē proportionē respōdent, hoc tamen excepto, quod motionis causa minime excrementosa sunt. Cum his uolatilium Colla similitudinem quandam habent. Venterculus ex pedestrū & uolatilū genere maxime differt. Nanq̄ ex uolatilibus crassus durusq̄ est, & cōcoctū difficilis, at si cōcoquatur uberrime nutrit, gallinæ & anseris præstantissimus est: Cæteræ uero anserinæ partes alis exceptis, & duræ & excrementosa sunt, nec facile concoctionem admittūt. Ex grandibus struthis (quos modo Struthocamelos uocāt) mēbra omnia dura excrementosa, & cōcoctū etiā difficilia. Aurium cartilago & sicca est, & minime nutrit: Earum cutis exterior tenuis aridaq̄, ægre item concoquitur, & paucissimi nutrimenti est. Oculi à paucis eduntur. Constāt enim ex dissimili substantia. Ex his nanq̄ Tunice aliam naturam sortitæ sunt, aliam Musculi, aliam quod à crystalli ac uitri similitudine Crystalloides ac Hyaloidea dicitur. Inter hæc Musculi tantū facillime concoquuntur. Ex animantibus quorū natura ad bonos humores gignēdos aptissima est, Sues mediocris iam ætatis habentur: qui enim ad summum creuerint, hominibus uigentis ætatis, seq̄ exercitiis: qui uero adhuc increscunt, ijs quorum ætas inclinat idonei sunt. Caro ex porcellis paruulis excrementis scatet. Quare ex pedestribus animantibus Suilla caro probatissimus cibus est, deinde Hædina, mox Vitulina. Agnina uero humida, tū lenitorem mucoremq̄ in se habere censetur. à cæteris pedestris generis meo iudicio abstineat, quib̄ quis boni succi generationi animum curamq̄ intendit. Quæ sane quoniam pacto secundū speciem differant, libro tertio de facultate alimentorū docuimus. Ex seminibus cerealib̄ Prūsana quæ probe cocta sit, cibus optimus existimatur, bonumq̄ succum gignit. Indicat quoq̄ hic sermo Hordeū itidem optimum esse oportere. Nam si huiusmodi non est, nunquam congruam cocturam admittit. eamq̄ ob causam madefacta non admodum intumescit, nec in cremorem liquatur. Sed de Prūsana copiosius à nobis dictū est in libris de facultatibus alimentorū, deq̄ morbis curandis, atq̄ in ijs commentarijs quos ad eum librum interpretandum, qui de



qui de uictus ratione in acutis morbis habet, scripsimus. Nunc autem caput hoc quo utimur ad praefens opus, explicasse sit satis. Pisanā scilicet probe confectā ex cibarijs omnibus omni prorsus noxa uacare, prodesseque tum ad sanitatē, tum ad bonos quoque humores gignendos. Minus haec nutrit quā Panis: de quo primo de facultate alimentorū uolumine diximus. Foenogracū non boni succi est, si quis eo liberalius utatur. Pisanā uero & si quotidie ad satietatē sumpseris, non idcirco boni succi generationē impedies. Idem quoque de fabis dicet, nisi inflationes parerent, neque enim mali succi sunt, aut obstructions faciunt, quā duo in salubri uictu praecipua sunt. Haec autem sibi ipsae uendicant, cum abstergeri qualitatē uimque sicuti Hordeū obtineant. Pisum exterendi quidem uim non aequae habet ac Faba, sed inflatione caret. Lentescit (ut fere omnibus notū est) & uitiosi succi, & melancholici sunt, ipsique in multis affectibus medicamenti loco persape utimur, sed haec modo recensenda non sunt. Ochri praeterea ac Dolichi his quae diximus deteriores, accicerulis meliores habentur. Post hordeū Olyra annumeranda est, post hanc Typhaea panico quod a priscis nonnullis Meline etiam nominatur, penitus abstineas. Huic Milium consimilis generis est, sed minus malum. Cicer egregie nutrit, sed nec boni succi est, & inflat non minus quam faba, semenque auget ac ueneris desiderium. Lupinus non mali, sed crassi succi est, proptereaque (ut iam patet) probe nutrit. Caetera autem legumina ad bonos humores gignendos recensere non attinet, neque enim ea edunt homines, nisi fame & rerū inopia cogantur. haecenus ergo de his. De fructibus deinceps agendum est. Namque quos arbores ferunt, omnes fere (ut ita dixerim) mali succi sunt, his tamen exceptis Balanis, quas Castaneas uocant, quae si in uentriculo concoquantur, effaciter nutriunt, atque ea crassi quidem, nunquam autem mali succi sunt, sed inter reliquos fructus, qui a tempestiuitate praecipua horae appellantur, humorē uitiosum gignunt, ac si forte in uentriculo corruptantur, similes fere letalibus uenenis fiunt, sicuti in Moris contingit, quae & si Persici & Prunis sunt moderatora, cum tamen corruptuntur, non minus in se habent uitij quam illa. Sed Ficus Vuæque per id tempus, quod Graeci proprie oporan uocant, dictis fructibus sunt praestantiores. Refert quoque non parum utrum ad maturitatē perfectam deuenierint fructus, an secus. Maturae enim Ficus fere innoxiae sunt, Vuæ deinde, & ea quidem appensa. ita enim quicquid inflationes facit abijciunt, & omni penitus uitio carent. De Caricis si quis boni eas & mali succi esse dixerit, forte inter se pugnantia dixisse uidebitur, cum tamen uerū utrumque esse possit. habent enim in se, tum quod salubre, tum quod insalubre sit. Nam si ea ipsae per uentrem transierint, quodque ex his alimentū conficitur, per renes corpusque digestum fuerit, & salubres, & boni succi censentur: si uero retardarint, peioris quoquo modo succi sunt, & pediculorum copiam gignunt;

ac cum Nucibus autem sumptae cibi probatissimi sunt, atque idem cum Amygdalis, sed cum his obstructio nis aperiendae & abstergeri gratia sumuntur, neque ita bonū succum praestant, nutriuntque, ut cum miscentur cum nucibus, cum quibus ad omnia habentur praestantiores. Quin & nonnulli de letalium uenenorū compositione scribentes, Caricas cum Ruta Nucibusque praesumptas, uenenis eiusmodi uniuersis aduersari testantur. Reliqui arborum fructus mali succi sunt, ipsique potissimum quos syluestres plantae & frutices ferunt, sicuti de his uberius secundo de facultate alimentorum uolumine diximus. Sed Malis, Piris, Punicisque, & Mespilis, non alimentorum, sed medicamentorum loco utimur, ad stomachi uidelicet uentrisque firmitatē & robur. Inter fructus quoque Cucumeres, Pepones, Melo-pepones connumerantur, quorum nullus boni succi est. Quod si celeriter perfici digeri non possint, in succum fere letalibus uenenis simile uertuntur. Cucurbita duntaxat ex huiusmodi fructibus damnanda non est, si tamen in uentriculo corumpatur, ipsa etiam malum succum gignit. Mora itidem si cito perficiantur, & priusquam corumpantur, transierint, innoxia sunt, nisi ipsae quispiam liberalius utatur. Atque haec de horae fructibus omnibus scire ac meminisse oportet. Ex oleraceis nihil est, quod bonum succum praestaret. Lactuca enim in his quae boni mali que succi sunt, mediocriter se habet. Post illam Malua habetur. Post hanc Portulaca, Atriplex, Blitum, Rumex. Sed Lactuca agrestis, Chondrilla, Scandix, Gingidit, Seris, Cichoriū, aliaque ex oleraceis agrestibus omnia uitiosissimi succi sunt. Radices autem olerum acrimonia in se habentium, ut Allij, Capae, Porri, Raphani, & agrestis Pastinacae, malū succū gignunt: sed Ari, Carique radix, & Rapi, quod Bumada etiam, id est Napum appellant, in ipsis quae boni prauique succi sunt, media habetur. Praeterea Aues, Piscesque fere (ut ita dicam) omnes boni succi censentur, exceptis lacultribus, palustribus, & qui in immundis fluminibus ac turbidis degunt, minus enim natationibus se exercēt, uitiatoque aere, & prauo uictus genere utuntur, praesertim si in aquas illas, urbis alius cuius amplissima, latinarum, balnearum, culinarumque loturae & purgamenta defluant, aut si in ipsis & uelites & alia eiusdem generis abluantur. Caro enim animantium, quae uiuunt in aquis eiusmodi, earumque potissimum, quae ibidem duntaxat immorantur, deterrima est. Quae uero in meliores aquas se transferunt, ipsae sunt deteriores, quae puro ex mari uictu capiunt. Sed fere animantes omnes, quae in ea maris parte uersantur, quae dulci se aquae non immiscet, innoxiae sunt, ut Pelagicae, Saxatiles, quae tum ad bonos humores gignendos, tum etiam ad gustus ipsius uoluptatem ceteris multo sunt praestantiores. harum itaque frequens usus tutissimus est. Nonnullae praeterea sunt, quae duplici ex humore uiuunt, tum marino tum dulci, ut Lupi, Captones, Cancrī, Gobij, Murene, Anguilla. Quare in ipsis primū quaerendum est, ubi nam sint captae: deinde id

inde id olfactu & gustu experitundum. Nam quæ deprauatis aquis nutriuntur, & mali odoris & insuaues, mucosæque sunt, cumque longe sint alijs pinguioribus, citissime emarcescunt. Sed quæ puro ex mari uictu petunt, & boni odoris sunt, gustuque suaues, pinguedinis autem uel nihil omnino, uel paucissimam in se habent, diutiusque à putredine illarum durant, præsertim si niue circumdatæ sint. Ad hunc enim modum quæ duriore fuerint, præstantiores euadunt: cum caro ipsarum reddatur friabilior, uti & caro Aselli, & eorum quæ in faxis degunt. Nam quod in his naturaliter inest, id ea quæ duræ sunt carnis à niue sumpserunt. Quamobrem Capitonum caro puro in mari degenti, ab his qui utiuntur in aquis uiuunt, diuersissima est. Similiter Gobij, Lupique habent, idque in alijs quoque in his quæ sunt dicta, clarius patet. Murenæ enim ex aquis eiusmodi pessima: Anguillæ nuncque boni succi sunt, tæti si puro in humore uersentur, nedum in eo qui urbis sordes & purgamenta in se recipit. Secundum quoque locorum passionibus, pisces & meliores et deteriores fiunt: idque odore gustuque facile explorabis, quæadmodum ex Mullis, si quidem peiores sunt qui carcinnadas pascent, reliqui uero duriore sunt carne, non modo quæ saxatiles asellique, sed etiam quæ capitones, quæ lupi, & ceteri pelagici: proptereaque difficiliter concoquuntur, sed efficacius nutriunt, malique succi nihil in se habent. Sed de his quæ ad nutriendum pertinent, tribus de facultate alimentorum cōmentarijs exactius differuimus. Quos sane qui salubribus cibis peruestigandis studet, minime negligere debet, neque etiam omnino opus illud quod ad tuendam sanitatem spectat, cuius pars quædam ipse ipsi cōmentarij sunt. Scripsimus quoque & alium librum de extenuante uictu, illi scilicet opposito, qui crassæ materię est, persperæ quidem ualetudinis studiosis apprimè utile: sed illud in primis hac in re memoria tibi tenendum censeo, eum scilicet neque auxiliorem, neque salubrem ciborum exactam notitiam consecutum, qui materierum uires accuratissime nouerit, nisi corporum quoque naturas, quorum causa cibi expetunt, agnoscat. Ex his enim nonnulla densa sunt, & quæ perspirare non possunt: laxa nonnulla, & quæ facile inaniuntur: eaque ob causam humidior illa egēt alimēto, hæc siccior. Alia item glutinosius, alia tenacius: parcius alia, alia uberius alimentum exigunt. Similiter quibus sanguis est admodum melancholicus, humidi calidique cibi dandi sunt: quibus uero biliosior, frigidus: uerum ubi pituitosus existit, cibis tunc opus est qui calefaciendi siccique uires habeat: præterea qui probato multum sanguine abundarint, parcius nutriendi, eorum in uictu nullæ euidentes uires insunt, sed mediæ materiæ existat, ut neque egregie calefaciendi, refrigerandi, humectandi, siccique facultatem obtineat, eadem ratione neque crassus aut tenuis, neque lentus aut aridus, uel (quod lento opponitur) friabilis sit. Ariditas enim in duris ualdeque siccis rebus, id autem quod est friabile, in mollibus mediisque inter humida siccique inuenitur. Commune tamē utrique est ut tenaci lectore omnino careat:

Is ergo qui recte alimentis utitur, scire in primis debet, quæ nam sint in hominum cute laxitatis densitatisque discrimina, deinde quale sit totius corporis, postea singularum partium temperamentum, idque an illarum proprium seruent. Interdum enim caput plus iusto calidius, uentriculus frigidior est: sæpe etiam contra, hic quidem calidior, illud frigidius. Item dem quoque accidit in alijs partibus. Quæ sane in libris de morbis curandis, deque tuenda sanitate pariter inuestigauimus. Sed quod ad alimenta spectat, id ante omnia querendum, ac potissimum considerandum est, quoniam uidelicet modo commodissime concoquantur. Mox ut concoctus humor qui in diuersas corporis partes fert, illarum partium temperamento accommodatus sit. Quamobrem ut recte quispiam uti alimentis possit, necessaria cognita sunt quæ de temperamentis scripsimus. Quia in re cum sis ipse abunde uersatus, quod reliquum adhuc est, ac necessario ad earum rerum notitiam expetitur, quæ bonos malosue humores gignunt, adiungam, à uinis scilicet initio sumpto. Ex his enim quæ aquosa tenuique substantia sunt, urinam mouent, & paucissimi sunt nutrimenti. Crassa uero, ut Theracum & Scybelites, non leuiter quidem nutriunt. In ipsis quoque discrimen est plus minusue, crassitudinis proportione. Huius generis uinum habetur, quod Aegæ apud nos ac Perperina ferunt, quarum hæc Pergamo, illa Myrrhinæ finitimæ sunt. Scybelites nec non Theracum absolutæ dulcedinis est: Cilicium austerum dulceque simul, quod etiam à locis in quibus nascitur, Albates appellatur: sed quæ Aegis ac Perperinæ proueniunt, media inter hæc sunt. neque enim exquisitæ dulcedine, nec notabiles adstringendi uires, sicuti Cilicium, in se habent: neque hæc omnia sunt. Nulla enim uina inuenies crassa pariter ac dulcia quæ nigra non sint. Cū itaque mustum ex albis uinis coxeris, & quod sirax uocatur, hoc est sapam, confeceris (id apud nos heptema appellatur) nigrum æque ac Theracum colore referet. ita etiam Caryinum se habet quod dulce est, itaque Therinum: sed tamen hoc nec colore adeo nigro, & minore dulcedine est, quæ Caryinum. Alba uina haudquaquam dulcia sunt, sed alia austera & crassa, alia aquosa ac tenuia. Ex flauis autem rutilisque, nonnulla mediocriter dulcia sunt, sicuti Hippodamæum, Faustianum, Falernum: nonnulla omnino dulcedine carent. Sunt autem his rubra crassiora. Et ex rubris, quæ proxima colore ipso nigris sunt. Nutriunt autem hæc omnia crassitudinis proportionem: eaque ob causam, qui indigent refectione, ut dulce uinum potent, suadendi sunt, ac tum præcipue cum horum securus, lienque, & renes uitio careant. Verum cui crassus humor per uenas redudat, tenuis substantię uinum: cui frigidus, acris & uetustus: cui non frigidus, quod neque acris neque uetustum sit, accommodatum est. Ad bonos autem humores gignendos, odorum præstantius, sed tamen caput tentat. Tenuis ciendæ urinæ magis idoneum, capiti nullam infert noxam. Vitanda quæ crassa simul, malique odoris, gustuque non grata & austera sunt, quale est Bycium, grandioribus uidelicet testibus non paruis cōditum. Quod enim sumitur ex his quæ

his quæ parvæ sunt, nec graviter olet, nec insua-  
ue, nec crassum admodum est, neque item cū acer-  
bo sapore astringendi vim habet; id nec boni nec  
mali succi est, sed horū mediū censetur. Ex uinis  
probatissimi succi Falernū habetur, potissimūq;  
id quod dulcius. Eiusdem quoq; generis Tmolites  
existimatur, rutilum scilicet ac dulce. Namq;  
aliud ex hac ipsa specie & austerum est, neq; eque  
atq; illud bonū succū præstat, sicuti & alia omnia  
quæ egregie austera sunt, quamvis laxum stoma-  
chum ac ventrem firmant, ac tum præcipue, cum  
calida intemperie affecti sunt. hac enim de causa,  
atq; etiā ad alui fluctiones sistēdas austeris utimur  
uinis: præterea ad nullos alios usus ea accommodare  
solemus. Nā nec alimēti ipsius digestioni, nec san-  
guinis confectioni, nec bonis gignendi humorib;  
nec facile reddendæ urinæ, nec eliciendis sudori-  
bus, nec aluo deiciendæ quicq; cōmodi alimen-  
tiq; afferunt. Sed non enitendū nobis nunc est, ut  
bonitates omnes, uitiāq; uinorum recensēamus,  
quæq; potissimū pro morborū qualitate differūt.  
Quod ergo presentis nostri est operis & instituti,  
iterū sumamus, & per brevia quidē capita expli-  
cemus. Corporibus itaq; intēperie uel naturali,  
uel quoquo modo aduentitia biliosis, nec Faler-  
num uinū, nec Tmolites rutilum scilicet dulceq;  
nec Ariusium, nec Lesbium odorū rutilumq; &  
antedictis simile, idoneum est. Cūcta enim huius  
generis uina calida sunt: proptereaq; nec biliosis,  
nimioq; estu, & ardore, fameq;, aut morore ūexa-  
tis, nec itē ubi anni tēpus, regio, tēpestasq; calida  
existat, danda sunt. Cōtra uero utiliter ijs dantur  
qui calefaciendi sunt, utpote pituitosis frigidisq;  
tēperamentis, crudisq; humoris copia refertis, tū  
ijs qui frigidis in locis ociosius uiuunt. Dantur  
quoq; in hyeme, frigidāq; & humida tempestate.  
His itaq; omnibus rutilum dulceq; uinū accom-  
datum est. Contrarium uero ijs qui contrariō mo-  
do se habent, atq; id quidem, nō quōd uitiosos hu-  
mores gignat, sed quōd eos qui refrigerādi essent,  
calefaciat, capitisq; dolores & febres facile infe-  
rat, neruoscq; nōnunq; lædat. Ex rutilis autē illud  
quod mediocriter dulce est, (nullum enim ex his  
dulcissimū, sed paulo dulcius, et nigrius inuenies)  
nō æque ac rutila ipsa calefaciēdi vim habet. Non  
ergo ab re capiti neruiscq; innoxium est, nec more  
eorū quæ diximus, febres excitat. Quōd autē cras-  
sa uina dulciāq; alui deiciant, nemini ferē ignotū  
est, sicuti multū: quod tamen tēgre cōcoquatur,  
crassumq; succū, & inflationes faciat, aluum tamē  
mouet, idq; boni duntaxat in se habet, quod si in-  
terdum efficere non potest, mirū in modū nocet.  
Inest autē cōmuniter uinis omnibus (his tamen  
exceptis quæ nimis crassa dulciāq; sunt, quale est  
Theræum & Scybelites) ut longo tēporis spatio  
flauo colore perfundantur, quiddamq; igni simi-  
le coruscans præferat. E nigris uina qualia apud  
nos gignit Perperina, uetustate in rubrū, gilūq;  
prius, deinde in flauum colorem transeunt. Albū  
quoq; quale est Bithynum Aminæum, quod ubi

inueterauit, Romani Cecubum uocant, cuiusmo-  
di fuerit generis, haud planē agnoscas. habet enī  
amaritiē quandā qua potui minus idoneū reddi-  
tur, id tamen caupones cū recentioribus uinis ad-  
miscēt, eaq; pro uetustis uendunt, atq; ita nōnul-  
los fallunt, qui in degustandis uinis non omnem  
notitiam habent. Vitanda ergo quæ nimis uetu-  
sta sunt, nimisue recentia. namq; illa præter modū,  
hæc nullatenus donec recētia fuerint, calefaciūt,  
quæ ut aliquem usum cibis concoquendis affe-  
rant tantū abest, ut ipsamet sint difficilis cōcoctio-  
nis. Præterea nec cōmode per aluum transeunt,  
nec digeruntur, nec urinā mouent, nec sanguinis  
confectioni, nutritioniq; idonea sunt. Sæpe etiā  
(ut aqua) in uentre suspēsa remanent, ut si paulo  
amplius ex ijs hauseris, facillime cōacescant. Sed  
ex recentibus uinis genus illud dūtaxat tutō ebi-  
bitur, quod tenuis substantiæ est, sicuti ex Italicis  
Gauranū, Albanum, & ex Sabinis Thuscisq; nō  
nulla, ea enim non in uniuersum omnia eiusmodi  
sunt. Aminæum quoq; quod in eo colle nascitur,  
qui Neapoli imminet, cito ut bibatur idoneū red-  
ditur, quale est apud nos in Asia Tibinum, Arysi-  
num, ac præterea etiā Titacazenū. Sed hæc ex-  
pli gratia à nobis sunt posita. Namq; ego uina hu-  
ius generis apud omnes ferē nationes inueni, ue-  
rū non ita facile ea nouerunt externi, duabus de  
causis, uel q; non ita multum uspiā abundant, uel  
quōd longam nō ferant nauigationē, proptereaq;  
à mercatoribus in exteras uehi protinēcias nō pos-  
sint. Huius autem generis uina facile dignoscun-  
tur, primū tenuitate, deinde cādore, quibus cum  
aqua potissimū quandā similitudinē habent. Gu-  
stu enim aquosum quiddā sapiunt, nullasq; ad-  
stringendi ualentiores uires habent, neq; uberius  
diluui patiuntur, unde à priscis medicis q; parum a-  
quæ ferant, dicta sunt oligophora, & quæadmodū  
rutila uina, cum calida potestate sint, replent pro-  
tinus caput, sic quæ diximus, non modo capiti pe-  
nitūs innoxia sunt, sed etiā leues eos dolores nō-  
nunq; tollunt, qui ab humoribus in uētriculo col-  
lectis solent provenire. Neq; enim caput tantum  
modo tunc dolet, cū proprijs quibusdā uexatur  
affectionibus, uerū quoq; cū halitus uaporq; ex de-  
prauatis uentriculi humoribus eo ascendit. Huic  
dolori leue, & parū aquæ ferēs uinum, quodq; exi-  
guam adstringēdi vim habeat, epotum succurrit.  
Quæ uero omnino sunt exinanita, cuiusmodi a-  
pud nos Tibinū est, & ex Italicis Sabina nōnul-  
la, tanto his deteriora sunt, quæ leniter adstringūt,  
quanto sunt aquis præstantiora. Quin & aque po-  
tio uitium præcipue in se habentis nonnullis ca-  
pitis dolores infert. Nam & ipsa corrumpitur, &  
naturale robur exoluit, quōd fit ut ubi uentriculū  
inualidum reddidit, in cauas eius partes ex reli-  
quo corpore sanies quædam biliosa defluere con-  
sueuerit, more eorū quos inedia premit; quibus sa-  
nē offensis noxisq; dictum uinum sui tēperamen-  
ti ratione hominē actutū liberat, ac paulo post ubi  
uentriculū firmauerit, quæ illi noxia sunt, ad infe-  
riores

riores partes defert. His ergo qui natura aut aetate calido admodum sunt temperamento, aqua potius longe accommodatior uino. Quod utique si necessario interdum adhibendum est, sit quidem tenue, & leuiter austerum. Ea etiam ratione efculenta poculentaque omnia non unicuique simpliciter sunt idonea, sed distinguere ad utentium naturas, aptarique debent. Vina quidem si distincte (ut diximus) species ipsorum a nobis considerentur maxime; reliqua uero non admodum inter se differunt. Nunquam enim uel Lenticulam uel brassicam humectantis naturae esse deprehendes, sed minore altera ad siccandum efficaciam, cum humectandi potestate nullam. Ex Caevis ite, Porris, Allijsque nulla sunt quae refrigerandi uim habeant, sed plus minusue calefaciunt, neque agrestis Lactuca, Atriplex, Blitum, Portulaca, calefaciendi facultatem habent, in his tamen plus minusue non magni discrimen recipit, at in uinis quod uetustissimum est, & Cecubum, ut diximus, a Romanis appellatur, adeo ab albo simulque austeritate habere, nec non recente crassoque differt, ut illud efficacissime calefaciat, sensibile hoc refrigerandi uim habeat. Mellis quoque non parua differentia habetur. nam quod uilius est, tanquam mali odoris, gustusque alia qualitate admixta referens, mel quidem dici non debet. Synce ri & uitio caritis mellis discrimina haec sunt, plus minusue dulcedinis & acrimoniae in se habere. Dulcissimum acerrimumque eximia estimationis est; sed cuiuslibet generis mel calefaciendi uires habet, sumptumque a calidis corporibus facile in bilem conuertitur, idque in omni melle communiter inest; propterea pituitosis admodum naturis, atateque & senio confectis, utiliter datur, frigidis quoque morbis accommodatum est. Acetum multum sanitatis tuendae gratia atatibus naturisque omnibus utilissimum, siquidem obstructions omnes discutit, adstrictosque meatus ita aperit, ut nulla in parte crassi glutinosique humores deprehendantur. ea propter eius generis medicamina, quae medici salubria uocant, tenuandi omnia in se potestate habent, tutioraque ad bonam tuendam ualitudinem censentur, quam quae crassiores humores reddunt, sed bonam habitudinem roburque efficere non possunt. Quin & nonnulli incertam potius & non tutam sanitatem expectant, dummodo bona corporis habitudinem assequantur, quam gracili semper & imbecillo corpore firmissima sanitate frui; sed ex his qui bonae habitudinis ac roboris sanitati studet, alij suismet corporibus uacant, alij eam sibi proponunt uitam, quae uel militiae, uel ciuilibus occupationibus dedita est, noctuque exurgere, totaque die necessariis rebus inseruire cogunt. Sed ex his qui poterant ante balnea exerceantur, quodque gymnastice apotheraeuti con, quasi recuratorum dixeris uocant, adhibeat. Sed plerique negocijs impliciti hoc nequeunt: propterea fieri non potest, ut bene semper se habeant, & si modeste sobrieque cibum sumant. Qui uero quoad possunt, quae ad bonam tuendam ualitudinem agenda sunt, non omittunt, raro morbis corripiuntur. Ab his ergo uberius nutritis cibis cras-

Galen.

siusque humores gignens, necessario sumendus est; sed cum moderatione quadam, eo praesertim tempore, cum euidentem illos necessitas cogit; at omnino in posterum mediae materiae cibis, nec parcius uidelicet, nec copiosius nutrientibus utantur. Vitanda penitus quae uitiosi succi sunt, praeterquam aestate, cum languentium corporum siccitati & calori succurrendum est; his enim hoc ipso tempore Mala, Prunae, Cerae, Moraque idonea sunt, ite Cucumeres, Pepones, Meloepones, sed parcius his uti debemus. Dantur quoque Pracocia, Persica, & quae a Romanis Melce dicitur, refrigerata tamen, nec non spuma lactis quae a Graecis Aphrogala nominatur, atque etiam cibaria ex lacte confecta, quale est, quod Argyrotrophema appellant. Ficus itidem frigida & cucurbita ita affectis accommodatae sunt. Sed moderatus uir ac prudens, in aestuosis quos diximus laboribus, alium adhibebit modum, ad refrigerandam humectandamque corporis siccitatem. Ex balneis namque rediens, epota prius aqua, mox uino mediocriter aquoso, iisque per uomitionem reiectis, Lactucam edat, quae innoxia est, simulque refrigerandi uires habet; sumat post ea uillos. Pedes bene decoctos ex aceto & garo, itemque Alas gallinae uel anseris, & eiusdem etiam Ventriculi, nec non Pisces nonnullos frixos ex his qui molli sunt carne; danda ite ex oleribus quae mali succi non sunt, sicuti Malua, Cucurbita; uinum postea ubi frigida aqua ualde dilutum sit: potest. Ante id tamen aliquid, uel ex Salsamentis, Quisque tremulis, uel ex Piscibus ex oleo & garo sumi potest. Sed melius (ut dictum a nobis est) calori siccitatique corporis gelida aqua succurritur; uitandaque semper mali succi cibaria sunt. Idem quoque frigida Alica praestat ex mulso uidelicet uinoque; frigida sumpta, malique succi nihil in se habet. Sed mihi saepius similes & frigus & calores perperis. Pitanae cremor bene refrigeratus, satis fuit, per id scilicet tempus, quo quispiam commode (ut modo dixi) frigida aqua usus est. Sed alter alteri refrigeratis cibi potusque sit modus. Nam nonnulli cum niue uti soliti sunt, ea ipsa refrigerantur, alij aqua fontana, cum hac etiam utantur, quibus niue minime opus est; sit quoque dilutum uinum praefrigeratum, (sic enim eius generis uinum a medicis appellatur, quod uase exceptum, tum in gelidissimam aquam interitum prius refrigeratur.) Sed haec illis praecepta traduntur, qui in eo uitae genere uersantur, quae assiduus occupationibus impeditur, ut qui regendis populis & administrandae reipublicae praesunt, horumque potissimum satellites & ministri. Itidem quoque se habent, tum quos bellicus labor exercet, tum quos uisum & itineris longitudo fatigat. Qui uero huiusmodi negotijs uacui soliti sunt, si exercitatione uti solent, quam rarissime frigidum egent potui. Qui minime exercentur, summa aestate cum uehementi calore urgentur, fontis aquam bibant, niuisque usum utantur. haec enim quauis protinus nullam iuueniunt corporibus sensibilem laesionem inferat, sensim tamen occulteque crescente uitio cum iam aetas pro-

Tom. 2

f

gressu

gressu temporis inclinari, articulos, nervosq; & viscera ijs morbis uexat, qui uel difficulter admodum, uel omnino tolli non possunt, neq; id quidem temere. nāq; ea pars corporis quæ natura imbecillissima est, à lædente quolibet patitur. Quod autem uitiosi humores, morbiq; gignantur, cruditas assidua maxime in causa est, siue ea ex boni siue ex mali succi oriatur cibus. Sed id euidentis patet, eam scilicet cruditatem longe alijs detriorem esse, quam uitiosi succi cibaria effecerunt. Quæ cum duplici modo se habeant, si tenuē quidem succum reddunt, acutos morbos cum maleficis quoq; febribus inuehunt, succorumq; uitio in unam duntaxat particulam decumbente, tunc erysipelata, herpes, aliæq; affectiones calidæ o-

riuntur. Si uero crassum succum efficiunt, articulorum, & renum uitia (Græci arthritidas & nephritidas uocant) podagræ, anhelationes, tum lienis iocinorisq; scirrofi affectus gignuntur. At quibus malus corporis humor melancholicus fuerit, cancri, lepræ, scabies, quartanæ febres, nec non atrebiles, cutisq; uitiatas & ater color, cum lienis itidem tumore fient. Horumq; permultis ex hoc ipso humore nigri uarices, & hæmorrhoides accedent. Sed ex multis humoribus mista affectiones proueniunt, ut herpes, & phagedænica ulcera, atq; item malefica omnia quæ Cacoethe appellant, & eius generis acutæ febres, quæ denuo ad tempus reuertantur.

## CL. GALENI IN LIBRVM DE SALVBRI DIAETA COM-

MENTARIVS.

HERMANNO CRYSERIO CAMPENSI INTERPRETE.

V

Nus hic liber peculiarē habet titulum, ut totius præsentis libri pars prima, ubi de natura humana sermo habetur. Nam in illo, quod receperat, præstitit omnibusq; numeris absoluit. Et hic quæ instituit, toto opere tra-

dit. Vnde uniuersus liber, exceptis illis q̄ his duobus libris interposita sunt, conuenientem sibi inscriptionē sortitus est, quidam de Natura humana, & Diætā fecerūt. Atq; ut est prorsus liber de humana natura inculpat, omnino autē quæ inter duo hæc uolumina irrepsit, reproba; item liber de salubri diætā, ferē caret uitio, ubique cū Hippocratica elementorum institutione coniuncta; sunt tamen eius loca, cæterū admodum pauca, quæ non absunt à uitio. At esto, quod multis probatum est, Polybi.

Idiotæ hac debent diætā uiuere.

Ecquos idiotas appellat, huius libri interpretes, in quæ quidem incidi commentaria, præterierunt; nec unq; ex præceptoribus meis, cum librū prælegerent, quæsiui. Nunc quando commentarium in ipsum statui scribere, male prætermissum à meis præceptorib; iuxta atq; interpretibus quosnam dicit idiotas, animaduerti. Nempe em hoc in confesso est, quam infra diætā tradit, hanc Polybū nō omnibus hominibus, sed solis præscriptis se idiotis. Atqui hoc libro si solis priuatis consuluat, parū recte interpretes libri indistincte acceperunt, quasi ad omnes in cōmuni homines sit habitus sermo. Inuenimus enim *idiōτας* à Græcis appellari nō simpliciter, sed in relatione ad aliquid. Nam hunc esse huius idiotā *exis aiunt*; illū illius

A exercitijs. Est cū hos opponant illis, qui genti aut oppido præsumt, aut omnino publicū aliquod munus obeunt; itaq; qui ueluti priuatā uitam agunt, idiotas hos, id est, priuatos appellant. Equidē cū me cū cōsiderarem, ecquos de his Polybus uocet hoc loco idiotas, Athletas illū existimauī à cæteris hominibus aperte separare; quandoquidem uenam illi diætā in pane constitutam, & carniū esu habent. Ab his, qui militant, aut peregrinantur, aut etiā pugnant, quibus non est delectus habendus, quibus cibus uelci, aut nō oporteat. His enim uti cogitur quisq; quorū datur facultas. Præterea, qui quoquo modo festinanter faciunt iter, nequeūt ullo modo, ut dicitur Polybus, rationem habere uitæ. Et breuiter, quicunq; negotijs publicis distinentur, aut uitā degunt quā uocāt *πρωτοί*. Quare ad hos solos, qui sibi uiuūt, quos priuatos uocant, diætā, quam tradet, spectat.

Hyeme præ cæteris plurimum comedendum, bibendum quam parissime. Et potus esse uinum debet quammeracissimum: cibus, panis: obsonia, assa omnia. Oleribus hac tempestate præter cæteras paucissimis utendū: nam hac potissimū ratione corpus calidū & siccū sit.

Summa totius narrationis cōmemorata, recte ad finē orationis adscripsit, qua de causa singula, quæ dicta sunt, præscribat. Et em calfacere corpus & siccare instituit, adductus tēporis immoderato tēperamento. Quod si moderatū fuisset, ut uere est, moderatā seruare diætā mandasset; conseruanda siquidē moderata sunt: quæ modum excedūt, immutanda. Nam mutatio nō nisi ex cōtrarijs fiat immoderatis. Nam quod ultra modū corpus, aut iā est calfactū, aut calit, refrigerari quærit. Quod uero est refrigeratum, uel refrigeratur, calfiat. Si milī

mili ratione in immoderata humiditate & siccitate morbosas excellentias contrarijs admouēdis repellere oportet. Ac cōtrariam immoderationē applicare debemus, quæ hactenus à tergo medium & mediocre relinquat, quatenus ab illo recessit morbosera. Quocirca bruma, quia temperamento est frigido & humido, conducit quamplurimum cibi sumere; bibere autem omnium parcissime. Plurimum hic non ad facultatem referes, sed ad cætera tēpora. Itidem bibere omnium parcissime, compones cum reliquis temporibus. Eodem est modo dictum, esse uinū meracissimū debere, præ eius alijs temporibus mistione. Veruntamen ad uiriū modum, præsentemq; usum, moderaberis uinum & cibum offerēdum; sic etiam somnū, gymnasia, & in summa, quæcūq; à medicis exercitia appellantur. Nam uinum quidem meracissimum, & assas carnes calfacere simul & exiccare, si cum maza & oleribus conferantur, quis est qui ignorat? Et panem item præ maza calfacere dixeris & siccare. Atq; hæc quidem authorē attulisse ueluti exēpla duces. Tu porro legumina deliges, quæ calefaciunt & exiccāt, ut lenticulam. Præterea de oleribus, quæ hac sunt facultate prædita, ut brassicam; sic ex carnibus, quæ syluestrium sunt animantium, & sale conditæ. Sed & mihi quoq; hæc sunt pro exemplis dicta. Nam solida per se alimētorū sylua tribus commentarijs, qui de facultate alimentorum inscripti sunt, constat. Itaq; quæ admodum recte sunt hæc de cibis in qualitatibus deligendis & uitandis dicta, sic quæ de modo tradidit. Nam cibi, præut alijs temporibus, plurimū hyeme concedemus, memores probe in Aphorismis esse dictum: Aestate & autumnō cibos difficillime ferunt; hyeme facillime; secundum locum uer tenet. Quod si cui, qua de re hæc fiant, cognoscere cordi sit, docuit & hoc in Aphorismis, his uerbis: Ventres hyeme & uere calidissimi sunt, quod aer id temporis frigidus intrō arceat densando, & in penetralibus corporis concludat naturalem calorem, qui æstate perspiratione digeritur. At respiratione aer attrahitur calidus. Respirationē uoco, cū spiritus intrō & foras per os fertur. Perspirationem, quæ per totum corpus perinde fit.

At Vere ineunte, amplius potandum & dilutius est, ac paulatim. Sunt præterea sumendi molliores cibi, paucioresq; atq; panis subtrahendus, mazaq; exhibenda, tum obsonia eadem ratione. Iam etiā assa elixis cōmutanda, ac oleribus iam in uere paucis utendū, dum æstatem homo attigerit, tū cibis omnibus utendū mollioribus, obsonijs elixis, olerib. iuxta & crudis & elixis, poculis multo dilutissimis & plurimis, & ut ne magna mutatio sit subito utēti.

Ampliores dixit, & dilutiores, non plurimū, & dilutissimum uere potum esse offerendum. Nā plurimum & dilutissimum æstate iubet, quæ con-

Galen.

trarium hyemi temperamētum habet, bibere. At uer ut medio est inter extrema temperamento, ita mediam requirit diætā, frigidiorē illam quidē & humidiorē, ratione hyemis, calidiorē & sicciorē, æstatis ratione. Proinde ex his planū est, quomodo quam tradidit seruandam æstate & autumno diætā, interpretari debeamus. Quare id quidem mihi prætereundum est. & lectoribus sapius seduloq; attēdentibus dicta omnia clare sunt, ut hactenus quæ habita sunt, nullum desiderant interpretem.

Aestate maza molli nutriri, & potu diluto simulq; multo, tum obsonijs omnibus elixis oportet. Atque his ita, ubi sit æstas, uti debemus, quo frigidum sit & molle corpus. Siquidem tēpestas calida est & sicca, corporaq; reddit & adusta & squalida. Quare his rationibus obuiādum est. Eodem modo, ut ex hyeme in uer, ita ex uere in æstatem cū deuenitur, cibum deducere, potum autem augmentare oportet, atq; in eum modum annū cōplendo, ex æstate in hyemem peruenire. In autumno contra, cibi maiori copia, & sicciores exhibēdi & obsonia eadē ratione. Pocula pauciora, ita ut meraciora, ut cum hyems comoda sit, homo perpetuo potu utetur meraciori, & pauciori, & cibo quamplurimo & siccissimo: nam ita in primis ualebit, minimeq; rigebit. Tempus enim hoc magnopere frigidum & humidum est.

Quæ in presentia tractant, ita sunt dissecta, nec ullū desiderāt, qui ipsa interpretetur: quoniam omnibus plana fecit Polybus, nec ullam quæsiuerit puram methodū; cæterū ut sunt scripta, ita accipiuntur.

Habitibus corpulentis, & multū mollibus, & rubicundis, toto ferē tēpore uti uictu sicciori ex usu est: humida enim est illorum natura.

Quemadmodum temporum differentie aliam atq; aliam rationem uictus denunciant, sic habitus corporis: ad quos nunc, absoluto de temporibus sermone, descendit. Et ut accommodatam diætā demonstrauit in temporibus, sic in corporum formis. Nam corpulenti, molles, & rubicundi, tales ex temperamenti humiditate euaserunt. Qui contra ac hi constituti sunt, de quibus mox ager, ex siccitate. Quamobrem conuenit humidis siccior uictus, siccis humidior. Quæ si recte sunt dicta, neminem latet, temperatos decere diætā temperatam. Atq; temperatos uoco, quos nec corpora lentos, nec graciles, sed appellant quadratos.

Duri, graciles, rufi, & nigri ferē semper uictu debent uti humidiori. Siquidem corpora horum sicca sunt.

Tom. 2

f 2 Tempe

Temperamentorum notas in commentarijs de temperamentis omnes scripsi; ubi δὲ σφραγῖς, id est, duos, & αὐτοπροσδιορισμὸς, hoc est, graciles esse temperamenti siccioris docuimus; sic nigros quoque. At rufos non diximus sicco temperamento esse, ceterum hos, qui illis sunt colore finitimi, quos flauos nuncupant, quando & flaua bilis est temperamento sicco. Verum quidam scriptores minorem in uocabulis usurpandis diligentiam adhibentes, committunt, ut rerum doctrinam confundant. Atque sic nonnulli Germanos flauos uocant, qui flauitamen non sunt, si de nomine exactam rationem ineas, sed rufi. Quod est huius reliquorum rationis, tum uere, tum clare est dictum.

Corporibus iunioribus, utilis uictus est mollior & humidior. Nam hæc ætas sicca est, & corpora etiamnum sunt concreta. Senes uero siccior uictus plerumque decet, quod id ætatis corpora humida sint, mollia, & frigida.

Hic ad ætates transit, ubi diuisionem non plenam fecit, qui eas non in quatuor differentias seauerit, sed in duas tantum: cum deceret, siquidem ætatum temperamēta rationis uictus studebat indices habere, sicut temperamēta quatuor sunt, sic diffecare ætates in quatuor, ac humidam & calidam statuere puerorum, siccam & calidam adultorum, siccam & frigidam eorum qui ætate inclinata sunt, humidam & frigidam senum. Sed puerorum ætatem merito est par esse humidam, quod incrementum incidere in aliud temperamētum possit nullum. At ætati adultorum, quandoquidē plus iusto calida est & sicca, utilis est contrariæ dietæ usus: id quod etiam ad ætatem spectat inclinatā & uergentē. Verum de ætate senū magna est quaestio, quam neglexerat prope omnes; de qua paulo inferius, positeaque ætates satis exposuero, uerba faciam. Si namque pueri plus habent citra controuersiam, ut humiditatis, quæ est ex usu inculcate ualentibus; ita caloris (neque enim simpliciter sunt, ut adulti, calidi: sed natiuo calore, qui temperatus est, qui in bono sanguine consistit) ætas quæ inter pueros intercedit & adultos, quæ ephēborū est adulescentulorumque optimo fuerit temperamento. Atqui optimū quādo medium est, uictus etiam medio esse temperamento debet: ut, neque humidius eorum corpus, neque siccus, neque calidus, uel frigidus reddamus. Veruntamen corpus puerorum, quantum habeat plus humiditatis, quæ salubris habitus postulat, nihil magis est siccandum: alioqui incremento prohibeas illos. Sed iam quia senes nonnulli esse humidus uolunt, alij siccos, atque id utriusque indefinite, faciendum nobis est, ut partim illos esse siccos, partim humidos declaremus: quod in commentarijs ostendimus de temperamento, ubi solidis corporis partibus esse declarauimus siccos; sed excrementorum quia ex temperamento frigiditate copia abundat, hactenus dicitur humidum. Unde si species utriusque contrariæ & duplex ab hac ætate indicatio existit

medicis; quod ob solidam partium siccum temperamentum, humectari desiderent: rursus propter affluentiam humidum excrementi, desiccari. Itaque quoniam modo utriusque possis rationem habere, abūde in opere de tuenda sanitate diximus. Hoc loco satis sit summam illorum, quæ illic scripsimus, retulisse. Cibus, potus, & quæ reliqua sunt, spectent humidum & calidum, quasi senū solidas partes corporis, quæ solæ recte partes uocantur, humectandæ & calfaciendæ sint. Rursus respicienda est uacuatio pituitosorum excrementorum. Quare si ex opere de temperamento colligas, & uita sciētia discas propriū senum temperamentum esse frigidum & siccum; acquisititia autem humiditate esse præditos eos, quod multa illis excrementa pituitosa generantur: dein de illinc profectus ad commentarios de sanitate tuenda, discas quoque, quæ sint uictus ratione nutriendi senes, clare perspicies, quod hoc loco est obscurum. Neque enim in duo erat humana uita diuidenda, neque senū dicēda corpora humida & mollia, neque uictus eis sicco temperamento imperandus. At uero iuuenes cum dicat corpore esse concreto, & temperamento sicco, constat solos adultos eum dicere, hosque appellare iuuenes. Proinde puerorum præterit, & inclinatā ætatē, atque ut equidem dico, præterea temperatissimā, quæ media est inter pueros & adultos. Atque adeo deprehendimus suū libipsum esse suspectum sermonem: neque enim uno uerbo dixit, esse senes sicco uictu nutriendos, sed addidit, plerumque, quod est perinde, ac non semper: id quod ne habitui corporis, nec alteri adiecit ætati. Nam suus cuique corpori est uictus semper deligendus.

Quare pro ætate, tempore, & habitu, est uictus nobis incunda ratio, obuiandumque constitutionibus, æstibus, & hyemibus: nam ita deum optima sanitate degemus.

Hæc in summa dixit autor cum clare, tum uere: quæ sæpe nos, & multis locis explicauimus.

Et iter facere hyeme uelociter debemus, est a telēto gradu: nisi sub sole iter faciendum est.

Quo pacto iter faciendū sit singulis temporibus, docet. Nam esse hyeme eligendā ambulationem siccantē & calfacientē: æstate contrariā spectandā: nisi sub sole, inquit, iter faciendū est: tū enim festinato opus est, quod liberemur ocys siccitate & calore, quæ corpori in itinere eiusmodi comparantur.

Corpulentis ocys est iter faciendum, gracilibus lentius. (Multis lauacris æstate utendū, hyeme multis. Gracilibus cōuenit plus balneum, quam corpulentis.)

Celer motus augendo plurimum calore corpus colliquat, in motibus uero remissioribus, calor medio cris sanguificationi & nutritiōi prodest. Quā obrem animatibus, ut bene nutriantur, adiuuēto est.

Vestes hyeme mundæ sunt induendæ, æstate oleo infectæ.

Quid



Quid scriptor magis congruū, q̄ quod omnes A attulerunt interpretes, intellexerit, ipse uiderit. Quod si mundas, quia magis calfaciunt, aut halius non interpellant, ideo uult hyeme indui: & insec̄tas oleo, q̄ aut refrigerat, aut halitum obstruit, non probo orationem. Nam mundæ uestes, quæ densò contextu sunt, maxime si lacernæ sint, refrigerant: quo est harum comodior usus. Nam oleo quidem insectæ, planè sordidæ sunt. Neq̄ est quilsquam hominum elegantium, qui uestiri tam spurce sustineat, idq̄ æstate: cum etiam temporis diurnitate plus calfaciant oleo insectæ, q̄ mundæ, licet primo concursu sint frigidissimæ.

Crassi, qui tenues esse uolūt, ieiuni exercitationes cunctas subire debent, & cibum adhuc B anhelantes sumere, haud dū refrigerati, & prius uinū bibere dilutū, non admodū frigidū: præterea obsonia sescamis parare, & condimentis, alijsq̄ id gen<sup>9</sup>. Ac obsonia maiori copia sumantur. Nā ita paucissimis bellarijs saturabuntur.

Quod postremo loco oratiōis est dictum, Nam ita paucissimis saturabatur: quidam de omnibus prædictis pronūciari uolunt: quidam de obsonijs tantū, quæ sescamis, & similib. uult condiri, alijsq̄ multis. At quæ prædicta sunt, hæc sūt. Ieiunij exercitare: qd̄ quidem aperte uacuat, ut replet à cibo exercitatio. Ad hæc ab exercitationibus anhelantes cibum sumere, nondum per halitum eorū calore digesto, aut refrigerato corpore: quā causam C esse, quo quis celeriter impleat, liquet. Si uero alia ratiōe id huius libri autor uult extenuare, nos præterit. Hoc certe noui, istud in causa fuisse, cur multis uiscera sint oppilata, in primis iecur: ut etiā à cibo uehemētes exercitatioes. Præterea his, qui habent in iecore arctos transitus alimenti, laua obstructions creāt. Sed hæc omnia unā cū diuinitis priuatim explicationib. in opere de sanitate tuēda sum persecutus. Restat ut dictionē ipsam consideremus, in qua ait: Et prius uinū bibere nō admodū frigidū: atq̄ ita orationem instituit, quasi frigidū esse illud, nō admodū tamē frigidū subeat. Ceterū nō ita statim uult ab exercitationibus bibi uinū, sed prius aquam, quæ admodum athletæ docti experientia faciunt. Quippe uinū caput tētat, si uel mox à balneo præ omnibus alijs cibis & potibus bibatur. Non tamen frigidæ post exercitationes potio, nisi calidam præbibas, noxa uacat. Offendit enī & hæc nō obscure uentrē ac iecur, nonnullis etiā neruos. Iam corpus etiā auget frigidū uinū, & autor id resolvere uult. Nisi forte aliter erat scriptū, & sit lapsus: qui descripsit, (Nam talia etiā hodie multa cernunt) qui pro nō omnino calidū, scripserit, nō admodū frigidū. Etenim qui anhelantibus adhuc præbere alimentum uult, corpore multis uaporibus oppleto, cū uini potio ne calidi magis illos repleret, qd̄ magnopere calidū non secus ac frigidū cogēdo uentri atq̄ cōtenendo cōparatū sit: nō cōmittit ut istud faciat,

Galen.

Et semel tantum cibum sumere, superfedere balneis, duriter cubare, nudusq̄ obambulare, quoad eius fieri potest.

Rectius diceret parū cibi sumere, q̄ semel tantum cibum sumere. Sunt enim, qui semel duntaxat cibū sumūt, & longe plus comedunt his, qui bis. At uero ut balneū corpus calfaciendo, maxime foris, ad digestionē refert, & digestorū appositionem: sic si non laues, contrarijs cōmodos. Iam durum cubile sollicitat corpus, cōprimit, constringitq̄: itaq̄ eius in omnem partem incrementū interpellat. Eadem ratiōe nudum deambulare omnes ad cutem attinentes partes refrigerat, tum uero in altum & uiscera calorem impellit, ut probe quidem coquantur cibi: ceterū quo minus quouuersum permeent, obstat.

Ediuerso qui ex tenuibus crassiores uolunt euadere, omnia hi cōtra ac illi instituere debēt, nec ieiuni quenquam laborem subire.

Contraria his, quæ obesis præscribentur, hæc sunt. Anhelantes non sumere cibum, sed ubi iam naturaliter respirationem. Neq̄ semel tantū cibum sumere, uerum iterū aut ter comedere. Qui uero contra facit, ac illi, qui balneis abstinent, lauibis: ut tamen semper in primis tēpus à cibo, sectando balneo tribuat, interim etiā primo. Ita exercitationes quoq̄ breues & remissas obibit, easq̄ à cibo. Eadem ratione molliter cubare, nec nudos in aere uersari his conducit. Quæ causa est, cur athletæ quasdā statuunt exercitationes, quæ consistūt in hoc, ubi complexibus, uel toto corpore pugnantur, *νεοσάφει* & *σωμασκησι* ipsi uocant, in his quibus parare corpus student, uitantes, ne uido eos corpore exercitēt, nec complexu. Contra quos extenuatos uolunt, celeri exercitatiōe, ac citra primum complexum exercitant.

Vomitum oportet & uētris cataclysmata in hunc modum usurpare. Sex brumalibus mensibus uomere: quia id tempus æstiuo est pituitosius, & morbi caput tentant, & regionem supra septum transuersum. At æstus ubi uigeat, uti cataclysmatis, quippe hoc tēpus torridū est, & corpus biliosius, & grauitates lumbos, & genua afficiūt, calorq̄ urget, præterea fiunt in uētre tormina. Quare corpus oportet, & quæ eleuantur deorsum ab his locis subducere.

Ecquæ uocet cataclysmata, ex his quæ sequuntur, autor ostēdit: hæc enī dicit, quæ lacte cōstant, & ex ciceribus elixā aquā, saluginē, & aquā marinā. Nam alia horū sunt purgantia medicamēta, quæ totum corpus uacuāt. Quare ut balneatores purgare se balnea dicūt, cū ab illorum lapidibus cōnū abstergūt, & sordes: ita uentris & intestinorū cataclysmata pituitā eis & bilē abluūt. Quādo igit̄ hyeme generat̄ in uentre pituita, autor nobis

Tom. 2

f 3 est, uē

est, ut pituita uomitib. expurgemus. Et bilē estate A  
innatantē, retrahamus deorsum. Verūtāmē uni-  
uersum corpus si purgare instituas, estate per uen-  
trem superiorē, hyeme p inferiorē purgabis, ut est  
in Aphorismis relatu. Nā quā in praesenti abūdāt,  
his medeberis purgatione, ut tamē p loca quō uer-  
gūt, purgationē instituas. Sigdē ducēda sunt, quō  
tendūt, p loca accommodata. At qbus, ne augeant,  
uelis obistere, per contraria loca retrahere debes.

Administrentur cataclysmata corpulentio-  
ribus & humidioribus falsiora, & tenuiora: sic-  
cioribus graciliorib. & imbecilliorib. pinguior-  
ra, & crassiora. Cataclysmata, pinguia & crassa  
sunt, q lacte cōficiūtur, & ex cicerib. aqua elixa,  
& id genus alijs. Tenuia uero, & falsa, brassica,  
& aqua marina, et quā eiusmodi sunt.

Quā magis incidunt, corpulentioribus iubet  
praberi, q pituitosiores hi sunt: leniora uero graci-  
libus: nā sunt hi biliosiores. At uero quā sint ma-  
terie utrorūq; ipse subiicit: q quia interpretē nō re-  
quirūt, ideo his pteritis, ad pxima me conuerto.

Vomitus autem hoc modo irritare oportet:  
homines obesi, ieiuni uomant, currendo, aut ce-  
leriter eundo meridie.

Vult crassus, qui uomiturū sunt, corpus ex calsa-  
ctum, quō succi pituitosi, quo plurimo crassi abū-  
dant, liquecant. Quinetiam omnium apertio uia-  
forum, & angustorum meatuum raritas hac ma-  
xime ratione paretur. Faciunt autem hęc omnia  
ad facilem & minime molestum uomitum.

Sit hylospi quadrans contritus in congio a-  
que, quē ebibat, acetum affundens, & sal asper-  
gens, quo sit iucundissimum.

Incidentē esse potionē uelle illū, & qua de cau-  
sa, non est obscurū. Namq; homines crassi quādo-  
quidē humoribus sunt praediti prorsus crassis, &  
frigidis, ijsq; nōnullis lentis, ideo potionē eorum  
discutientē uult esse. Caterū quantā potiois, quā  
praescribit, copiam porrigat, non habeo exacte dice-  
re: q mensura, quē congium uocant, non sit apud  
omnes eiusdē capacitatis. Si atticum congiū im-  
perat bibere, nō mihi ille mos placet, multū enim  
esse uidetur mihi. Erat tamē maioribus solenne,  
si quando uel lactis fero, uel eiusmodi purgatione  
utendum statuissent, magna copia offerre.

Bibat tardius primum, deinde uelocius.

Nam à primo si affatim bibisset, cōtinuo uome-  
ret priusq; omne ebibisset, atq; succos in uētre cō-  
tentos absterget, quos cū unā effunderētur, quos  
primē uenae habet. Sin autē primo lentius, postea  
omnino bibat largius, ea ratione fiet, ut mediocri  
tēpore cōtinere possit, atq; in tēpore impetum ad  
uomitū capiet, quod tandē magis affatim bibat.

Graciliores, & imbecilliores à cibo uomitū  
prouocent hunc in modum. Calida loti praebi-  
bant meri heminā, mox omnis generis cibos

ingerant, nec in comedendo bibāt, nec à cibo,  
sed cōtineant se, dum quatuor stadia quis pro-  
grediatur. Deinde illis in potum triplex uinū  
miscbis, austerum, dulce, & acidum: primum  
meracius, & paulatim, tractimq; deinde dilu-  
tius, celerius, & affatim.

Calida loti, praebere mandat poculū mera-  
cius, hac, ut cōijciamus, inductus ratione: Calido  
balneo totū corpus calfit, humores colliquant, ua-  
sa euadūt laxa. quā & ipsa uinū meracius praestat,  
eadēq; opera uiribus robur cōciliat, cuius habere  
maximā rationē in gracilibus uidet. Mox, inquit,  
omnis generis cibos ingerāt, cuius nō eandē om-  
nes rationē, qui hunc librū enarrauerunt, scripse-  
runt. Nam quibusdā de illis uarios cibos offerre  
uidet, q inter se mutuo dissidentes, minori nego-  
cio uomitū cōciant. Alijs, quō plus ingerant, quippe  
simplices, & unius speciei, mox saturāt. Praeterea  
non illis concedit statim bibere, ut cibi statim ne  
supernatent, qd cauet. Et ne istud accidat, tēpus  
etiam constituit interea, quod cōmorentur, nutri-  
tioni sufficiens. Ipsumq; adeo tēpus pronūciat,  
dū quatuor stadia quis progrediatur. Quā postq;  
ita praecesserint, dat bibere uina tria, quā inter se  
sunt diuersis qualitatibus. Nā ex his uinis hoc ef-  
se austerū uult, illud dulce, aliud acidū. Sed hoc e-  
tiā loco causam reticuit, quāobrem id praescribat.

Qui uero ad eius sensum diuinationibus aspirāt,  
dicūt austerū ipsum administrare ob instrumento  
C rū, per quā uomēt, robur; dulce, ut uomitū conci-  
tet, ad hęc q fundat humores dulce uinū; acidū,  
ut abstergat, quā uētri sunt infixa. Forte uero &  
cibos illis praescripsit diuersis qualitatibus, ut hi  
uentrē cōstiment, illi uomitū irritent, alij succos  
abstergāt impacuos. Verū qd frequēter in sodalitū  
meorū & amicorū caeterorū cōgressibus dico, nō  
tacebo in praesenti. Nō paruū esse istorū delictū cē-  
seo, qui rationalē sectā uēditant; qui omīssa ratioe  
eorū, quā dicant, pronūciant, tanq; edicta regia.  
Nā multo erat satius ipsum libri scriptorē, singu-  
lorū praceptorū uim exprimere: ut fecit Hippo-  
in lib. de ratioe uictus in morbis acutis, ubi de pti-  
sana refert. Nā uiscositas eius lenis, cōtinua, iucū-  
da, lubrica, & modice laxa est, sitim arcet, & ubi  
D ablutiōe opus est, facile descēdit, nō astringit, nō  
uellicat grauius, neq; in uētre intumescit. Simili-  
ter de aqua mulla, uino, oxymelle, & lauacris scri-  
bit: ut inicitū habeamus uia, qua nonnulla ab scri-  
ptore omīssa, quā cū eius sentētia sunt cōiuncta,  
adijciamus. Et nūc quidē cū alia protulit, nō addi-  
ta causae ratioe, tū q bibendū est uinū primū qui-  
dē meracius, & paulatim, & tractim, deinde dilu-  
tius, celerius, atq; affatim; cogimur nos mentē cō-  
iectare, qua scripsit. Est uero cū omīs alioqui am-  
bigua cōiectura, tū sanē maxime, ubi hominis sen-  
tētia etiānt ignorat. Proinde dilun? bibere uinū,  
celerius, & affatim, de his qui cupiunt uomitum,  
nō absolum uidetur dictum esse: quādoquidem  
his qui retinere uolunt, & concoquere alimentū,  
contra

cōtraria cōferunt, meracius, paulatim, ac tractim. <sup>A</sup> Quare autem, quæ omnino retentioni sunt congrua, hæc offerat prima iamiam uomituris, nō habeo quod probabile adferam. Fortassis horum autori non alienum uidebatur, quod interpretibus nonnullis probatur: quando hoc illi propositū est, ut vires hominū graciliū, quibus hæc dicat, ne proffernat, ideo p̄ter cetera eas confirmat, ac mox ad cientes uomitū progreditur. Verū tamen ad vires constituendas tempus, quod à cibo sumpto datur, satis erat. Alio item aliud, ut dixi, uidetur, non tamen numerandū ut necessarium, quod demonstrationibus stabilitur ex scientia profectis.

Qui consuevit bis mensib. singulis uomere, rectius ille ordine duobus dieb. uomat, q̄ quin <sup>B</sup> todecimo quoq; die. Alij planē contra faciunt.

Et huius quoq; oportebat rationē scriptorem cum primis apponere, quando præter distinctam ullam declarationē dixit de uomentibus bis quoque mense. Video enim esse qui uacuationis gratia uomunt: ut alios, qui unum diem in mense ieiunant. Et quosdam, qui humorem hunc uentri im pactum, aut uiscidum, aut crassum expurgāt. Sed nihil tamē causæ est, quin per interualla ista faciamus, non continuis duobus diebus.

Qui facile cibos reuomūt, aut quib. sunt alui <sup>C</sup> astrictæ, omnibus cōuenit his crebro in die cibum sumere, & esculētis uti uarijs, ac obsonijs uarie paratis, uina itē bina bibere, uel terna. At qui cibos nō reijciūt uomitu, uel aluis sunt p̄diti fanis, his ex usu est, ut faciāt illi modo cōtraria.

Qui uentrem purgare, aut corpus uacuare <sup>D</sup> mor dice uolunt, his cōfert uomitus. Atq; hos sepius uult cibum sumere, eumq; uarium, et diuersa uina bibere. Contrā, eos qui nolunt uomere, uentresq; habent plus æquo humidos, ut querant sisti, hos nec frequēter comedere, & uarijs cibis et uinis abstinere. Nam semel cibum capere, & eum unicū, uinum item unum bibere, interest ad hoc, ut uenter illa & retineat, & coquat. Contraria uero ægrus tum concoquantur, tum in uentre commorantur. Et pro ciborū qualitate, et ordine sumptionis, aut innatare illos, aut excerni per aluū contingit.

Infantes diu sunt calida lauādi, ijsq; uinum <sup>D</sup> dilutum exhibēdum, quod prorsus tamen frigidum nō sit, idq; offerendum, quod minime uentrem attollit, & flatum creat. Atq; hæc faciēda sunt, quo minus tentent conuulsiones, ipsiq; crescant, & melioris coloris fiant.

Quò hæc dicta digta spectet, ipse enarrauit; nempe em ut minus, inquit, tētent cōuulsiones, ipsiq; crescant, & melioris coloris fiant. Nam calida qui multo pueri tempore lauātur, mollia permanent; id quod conuulsionibus resistit. Nā conuulsiones ipse Hippocrates frequentiores esse dicit corpori bus contentis, q̄ remissis & laxis: tum mollia corpora facilius augentur, q̄ in omnem partem faci-

lius intenduntur. Atqui quæ a conuulsionibus libera sunt, probeq; crescunt, his totū esse habitum salubrem, id latet neminem. Ergo id ipse uno insigni prodidit nō cōtemnēdo, coloris. Et uero etiā uinum hos dilutum iubet bibere, nolēs eos nimis calefcere, idq; adeo q̄ non raro laborēt conuulsione, quod quidem neruorum imbecillitati, & uocitanti acceptum referunt. Ideoq; uinum eos nō frigidum bibere imperat. Atq; uinū quod esse eiusmodi debet, ut minime sit flatuosum, omnibus iuxta, nedum solis infantibus commodat.

Mulieribus ratio uictus esse siccior debet, commodiores enim sunt cibi siccī mollitie carnis: ut item pocula meraciora referūt plus ad secundas, & fœtus nutriendos.

Mulieribus sicciorē rationē uictus præscripsit: quæ qualis est, ipse subiicit. Caterū hæc opinio auctoris cōtrouersa est. Etenim si mulieribus esse humidis præter naturā sit, ut in intemperatis naturis, & affectis humidis morbis, recte illas siccaret. Iam cum eis hoc sit naturale, tuendum est: nisi salubrē mediocritatē excedat. Sed illud nos etiam in uiris spectamus. Nāq; & his natura comparatū est mulieribus esse sicciores, qui ubi iustam siccitatem superent, ibi eorū intemperē cōtrarijs corrigimus.

Qui exercitātur, his hyeme cōuenit currere, & luctari: æstate luctari quidē parū, currere uero haudquaq;: sed deābulare multū in frigore.

Exercitationum differentias, quæ anni temporibus sunt peculiares, docet quæ hyeme calfacere ualent & exiccare: æstate contra.

Qui cursu defatigātur, hos oportet luctari. Qui uero defatigātur luctādo, currēdū his est. Nā ita laborās partē corporis defatigatiōi obnoxia, calidā cōseruet, simulq; maxime recreet.

Si ita omnia medici rationales conscripissent, nō fuisset uerborū fundendorū locus interpretib. relictus. Id autē dico, ut addatur causa, cur ita nos agere iubet; id quod fecit hoc loco Polybus.

Si hos qui exercitantur maxime alui profluuiā arripiūt, ac excremēta cibū referunt, suntq; cruda: de exercitationibus detrahēre debent, nō minus tertiam partem, & de cibis dimidiā. Constat enim nō ualere uentriculum acerrimum ingestorum ciborum omnem calfacere. Sit his cibus panis q̄ potest fieri maxime coctus, in uino tritus, potus quāpaucissimus & temperatissimus, caueantq; à cibo deābulare. Hoc autem tempore semel tantū oportet illos cibum sumere: nam hoc modo uentriculus maxime calfiat; cibosq; uincat. Porrò modus hic alui profluuij corpora quæ carne sunt densiore, frequentior exercitat, ubi compellatur homo, quādo ita est natura cōparatum, uelci carnibus Venæ siquidem constipata, cibos nō suscipiunt comefos.

Non uidetur hic de exercitiis sese gratia fa-  
nitatis loqui, sed de his qui munus aliquod obeunt  
gymnasticum, ut non detur illis eius omnino di-  
mittendi facultas, aut admodum multum remitten-  
di. Propterea de illis detrahit de exercitio tertiam  
partem, de cibis dimidiam. Nam haec tenus sperat  
cibum superaturos, ut non iam aut cruditate labo-  
rent, aut alui profluuiis. Ceterum hic quoque suo offi-  
cio functus est, quod eorum adscripserit rationem,  
qua adductus, haec ipsa, & quae hic sunt dicta, praes-  
cripserit. Nam modus, inquit, hic alui profluuii,  
hos qui carne sunt compatiore, capit, ubi carnes  
comedere cogantur. Vbi de gymnasticis uerba se-  
facere significauit: hos etiam comedere carnes co-  
gunt. Ac subiungit: Venae constipatae cibos non  
suscipiunt comelos. Quod obscure dixit: quare in-  
terpretes putare compulsi sunt, constipatas eum di-  
cere, pro induratis, & quae aegre intenduntur, ut non  
excipiant alimentum: quod denotari aiunt ex hoc:  
Cibos non suscipiunt. Sed istud digestionem citius  
quam laedere concoctionem consuevit, ut excernant  
illi humida quidem, at non cruda tamen. Atqui di-  
xit ante, cruda hos, & quae cibum referent, deinceps  
re. Verum quando adscripserit rationem, qua fre-  
tus ea consuluit, quae consuluit, et etiamnum tene-  
mur implicari, quid in his orationibus fieri existi-  
mabimus, quibus causam, quare facere illa nos iu-  
beat, non adscripsit: Equidem nisi de his, Carne qui  
sunt compacta, adscripsisset, haerere me ingenue fa-  
terer, ut in multis alijs, in quibus cum nihil eiusmodi  
apposuerit auctor, audacissimi isti interpretes quod  
in mentem uenit, pronunciant. Iam quia praedito-  
rum compacta carne meminit, quo commentaren-  
tur illi quoque, quod utile esset de his naturis, an-  
sam prebuit. Hi enim citissime plenitudinem acer-  
uant, quod non satis perspirationis habent. Unde fit,  
ut cum consistat digestio, prius humida euadant  
excrementa. Interdum non humida solum, sed &  
tenuia, & praeter ceteros uoracibus. Nam cum ex-  
deglutitis aliquid in corpus digeritur, residua prom-  
ptius uenter concoquit. At uero cum ciborum in  
eo permaneat acruus, si quando eum degraunt,  
semel deinceps prius uniuersos, quam sint concocti. Po-  
tuit etiam per uenarum duntaxat quia intendi mul-  
tum non poterant, digestio impediri alimenti. Ve-  
rum talium naturarum quo pacto haberi potuit tra-  
ctio, scribere ipsum oportebat, instituto contrario.  
Siquidem totius habitus sunt scopi raritas & mol-  
lities, quae molli frictione, & multa pinguedine in-  
soliti sunt. Hic uero symptomatibus immoratur,  
ac eorum negligit interim ueluti radicem refecare. Iam  
in praesenti oratione istud quoque dicit: constipatas enim  
non ualere uentriculi acruum ingestorum ciborum  
omnem calfacere. Atqui si uere incusauit habitus  
densitatem, & uenas cibum non suscipientes, iniu-  
ste de uentriculo coqueretur. Quod si hic eum quis  
uera dicere admittat, sequentem etiam diatam re-  
cte esse dictam, causam non dixerit: Panem perco-  
ctum, potum temperatum & pauciores, semel ci-  
bum sumendum, nec a cibo deambulandum.

Et haec quidem praecipit natura, & ad partem  
uertitur utranque, parumque uiget bonus habi-  
tus in eiusmodi corporibus.

Bonum habitum appellauit, compacta carne pre-  
ditorum naturam, quae aequae celeriter facit muta-  
tiones, itaque subnectit: Et ad partem uertitur utran-  
que, hoc est, ad bonum habitum, & contrarium. Prae-  
terea addit: Parumque uiget bonus habitus in eius-  
modi corporibus. Nam in commentarijs in Apho-  
rismos ostendimus, bonum exercitatorum habitum,  
praeter sanguinis repletionem & carnis, robur con-  
seruare naturalium facultatum. Sed ut illic sum-  
mam habitus bonitatem esse periculo ostendimus  
obnoxiam, quam non cito arida corpora consequun-  
tur: ita usu uenit his, qui corpore sunt compacto,  
postea quam uelocissime propter difficile per hali-  
tum digestionem his generatur, cogiturque scilicet  
uestigio euerit, celerem obtinent generationem  
& dissolutionem.

Habitus uero rariores & hirsutiores, carni-  
um esum magis admittunt, & labores. Suntque his  
boni habitus diuturniores.

Quod corpora hirsutiora cutem obtinent raro-  
rem, itemque genus carnosum, in libris de tempera-  
mentis didicimus. Quare haec merito sane com-  
modus ait esum carni ferre, nempe quae transpi-  
rantur: & labores, quod minus sint lassitudi-  
bus obnoxia, id quod etiam in libris de tuenda sa-  
nitate traditum est. Quod si haec, & bonos habitus  
habent constantiores, ut quae non attingant con-  
tinuo extremum.

Ac qui cibos postredie eructant, & si praeco-  
dia eleuantur, his tanquam cibis non percoctis,  
diuturnior somnus prodest: nihilominus ho-  
rum corpora ad alium laborem sunt adigenda.  
Vinum bibant meracius, & largius, cibi uero mi-  
nus sumant hoc tempore. Liqueat enim praeter  
becillitatem & frigiditatem uentrem non esse cibo-  
rum multitudini parem concoquendam.

Laudo hic eum, qui fini adiecerit: Liqueat enim praeter  
imbecillitatem & frigiditatem uentrem non esse ciborum  
multitudini parem concoquendam. Nam quasi ad id  
respicies, eum studet calfacere, eaque gratia longio-  
rem somnum eis consulit, item exercitationem, atque ui-  
num bibere, & meracius, et copiosius: praeterea, id  
temporis minus comedere, quo ipsis contigit crudita-  
te laborare. Nam reliquo tempore exercitantes sese  
et mouentes, uinumque, ut diximus, bibentes, nihil  
est quod ciborum mediocrem copiam imminuant.

Quos sitis infestat, cibos hi & labores minu-  
ant, ac uinum dilutum bibant, idque quam frigidissimum.

Hic expressa est eo modo calidarum naturarum  
nota. In sexto libro Epidemiarum his uerbis: Cali-  
do naturaliter frigida potio conuenit, & quiescere.  
Ut enim appellauit corporis intemperamentum, subiu-  
xit diatam, quam, qui ita sunt affecti, requirunt. Caput  
autem

autem eius est, refrigeratio. Potissima in hac dieta summa sunt, aquæ portio, & uacatio exercitatiois. Hoc loco quiescere aliter expressit, nēpe, labores minuat. Et pro frigida portione scripsit, ac uinum dilutū bibant, & quāfrigidissimum. Mihi uero rectius hic præcipere uidetur, quod potio diluta & frigida cum refrigerat, tum præterea uini obtinet commoditates.

Quibus uiscera ab exercitatione uel alio itinere dolent, his requiescere ieiunis confert. Potus sit parcellissimus, qui corpus ingressus cieat urinam: ut ne uenæ, quæ uisceribus sunt innata, contendatur plenæ. Quippe inflationes hinc, & febres generantur.

Omnia hæc præcepta in lucubratione de sanitate tuenda abunde tradidimus: & nunc memoriæ causa, ut in superioribus, ita hoc loco exponemus. Multis enim tametsi febris liberis dolores in uisceribus oboriuntur, potissimum in iecinore, ubi à cibo se exercitauerint, uel lauerint. Cuius quidem causa angustia est uisceris transitus, ascendentiūque crassitudo humorum. Etenim oclusi, & resistentes in uenarum strictis finibus, quæ sanguis ex sumis iecinoris partibus transsumitur in cōcauas, tum transitum obsepunt, tum uenas intendunt, quæ in sima sunt iecinoris regione. Quas ita affectas dolores citra febre excipiunt. Hos sopire eo tempore

oportet, quo infestant: ac potare aliquid, urinam quod moueat, et iecur referet. Qui nisi minxerint, his occasionibus succedunt status & febres.

Quem morbi corripit à cerebro profecti, huius primū torpedō caput tenet, meritoque frequenter, ac alia patitur, quæ in urinæ stillicidio solent euenire. Hūc illud dies uiginti molestat. & de naribus si fluat, aut auribus aqua uel mucus, à morbo uindicatur, & urinæ quiescit stillidium. Merito autem absque dolore multum & album, dum diem uigesimum tranſierit, & capitis dolor relinquit hominem, cæterū oculos intendentem splendor illum fugit. At uiri est, qui facultate est præditus ratiocinandi (quia homini tanti nihil, atque sanitas est) nosse de suo consilio in morbis esse præsto.

Merito habuerunt hanc orationem suspectam, nonnulli etiam damnarunt, nō esse Polybi, & multo minus Hippocratis. Nā orationis omnino non constat initium, uolens cerebri morbos torpedinem inducere, & urinæ stillidium. Quæ tamē oratio, uel si putet quis non cunctos eum cerebri tales esse morbos constituere, sed eos solos, quos fluens de naribus & auribus mucus et aqua depellit, haud est uera. Neque enim semper ita rem se habere, neque frequenter apparet.

## CL. GALENI DE ATTE NVANTE VICTVS RATIONE LIBER

VNVS MARTINO GREGORIO INTERPRETE.

V V M. uictus ratio attenuas plerisque diuturnis morbis adeo conferat, ut sola ea, sine ullo alio medicamento, sublata sæpe fuerint, operæpretium fuerit aliquid de ea distinctius perſcribere. Sunt enim, quos præstiterit sola uictus

ratione, sine medicamentis perſanare. Vidi etiam quidem non paucas arthritidas, quæ iam articulo ossa nudarant: alias quidem hac uictus ratione in totum perſanatas: alias, mitiores fuisse redditas. Vidi præterea & eorum plerosque, qui spirandi difficultate (quæ *δυσπνοία* uocant) sæpe prehendentur, adeo leuatos, ut aut prorsus reualerent, aut longo saltem interuallo leuiter affligerentur. Eadem etiam hæc tenuas uictus ratio magnos lienis tumores, & hepatis scirrhus colliquat. Ad hæc epilepsias paruas quidem & etiam incipientes pernitius sanat: inueteratas uero ac consumatas iuuat nō mediocriter. Hanc uictus rationem medici tenuantem appellarunt (quemadmodum aliam ei contrariam, in crassantem) pro eo humore scilicet quem in corporibus nostris gignit: nota autem longa ex

perientia nobis est, & ratione explorata: nam olfactus ac gustus mentem nostrā ad omnes eiusmodi cibos discernendos satis instruunt. Quæ enim sensus nostros pungunt, ac mordicant, ea omnia, palam est, acris esse, & quæ succos crassos tenuare queant: quæ etiam si largius equo sumpta fuerint, uentriculum mordicant, ciborumque nauseam magnam inducunt, & halitus acres emittunt, nō modo dum manduntur, sed etiam postquā e corpore fuerint egesta. Plurima autem eorum urinas & sudores graue olētes & acres promouēt: phymatibus præterea, ac firunculis sunt accommoda. quædā autem ex ipsis cutim diuellunt facile, atque erodunt: alia uero pertundunt: alia ipsius partem aliquam in pus uertunt: ulceraque magna, & quas uocant escharas efficiunt. Hæc omnia satis probat, ea acris quandā, atque incidentem habere facultatē: cui rei euidentissimo etiā sunt argumentō humores in corpore nostro ab eis extenuati. Quin & experientia ipsa rationē confirmat: uidemus enim corpora omnia, in quibus humores frigidi, crassi, ac lēti abundāt, huiusmodi ciborum usu maiorē in modum alleuari. Vt in alijs, ita in his quoque oportet medicū temporis ac mēsuræ usus diligenter esse attentū: periculum enim est, si quis nō recte ijs utatur, ne tandē prauo succo impleat.

Verum

Verum de omnibus in praesentia tradere non est institutum, sed de eduljjs duntaxat pertractare. Nemo igitur est, qui allium, caepam, nasturtium, porrum, & sinapi propter facultatis ipsorum uelentiam ignoret in genere esse tenuantia; post illa autem smyrniū, pyrethrū, origanū, calaminthen, sisymbrium, pulegium, satureiā, thymum; quæ omnia uiridia quidem & prius quæ exiccantur, manduntur; exiccata uero, iam non amplius sunt cibi, sed medicamenta; in summa, omne quod siccum est, uiridi est ualentius; eorum uero quæ siccata non sunt, maturiora minus maturis; & quæ in montibus ac locis siccis proueniunt, ijs quæ in campetribus ac planis & hortis, ac paludibus crescunt, sunt fortiora; hæc sanè sunt quæ de ijs communiter scire conuenit. Prædictis autem ordine proxima est capparitis, & terebinthi fructus; his autem eruca, sum, apiū, petroselinū, orminum, raphanis, brassica, & beta. Malua uero, & blitū, & atriplex, tametsi ijs speciebus sunt proxima, facultatibus tamē dissident: aquea enim sunt, minimumque acris facultatis habent, quomodo cucurbitæ, & citrulli melones, melopepones, & pruna; humida enim sunt hæc omnia, ac frigida, & pituitosa, potissimum, si cruda & non elixa mandantur. Atque hinc adeo fit, ut quidam citrullus ac cucurbitas duriores elixent. Ex pomis præterea ac piris ea minus nocebunt, quæ elixa fuerint. Ad hæc ex ijs quæ cruda manduntur, ea prædictis minus sunt noxia, quæ ad condendum sunt apta. Sed de his non est nunc dicendi locus. Rursus igitur ad eos cibos, qui succos crassos in corpore tenuant, reuertamur, ab ijs unde fumus digressi, aut spicantes; exactius enim de ipsis determinare est necesse. Omnia igitur tenera & incrementa propter humiditatem, qua adhuc toto incrementi tempore affluit, facultatibus (ut paulo ante diximus) sunt moderata. Quod fit, ut plerique medicamenta dum oriuntur & adolescunt, non aliter ac cibi mandantur, ut silphij ac sinapis stolones, pyrethri, iringij, & multorum aliorum, quæ olera syluestria uocare consueuerunt; quæ haud ita multo post spinis adeo horrescunt, ut ne pecoribus quidem sint uestigia. Hæc autem omnia ubi commaturuerint, magnā quidem habent incidendi facultatem; tenuant uero admodum dum oriuntur adhuc atque adolescunt. Pari modo & urtica priusquam exiccetur, est esculenta, præterea fœniculus, ruta, coriandrū, anethum, eiusdem cum illis sunt speciei, euidenterque etiam calfaciunt. Aliud autem est olerum agrestium genus, quæ memoratis minus incidunt, ut mediocris non secunda sunt natura, quippe quæ neque incidunt manifeste, neque densent. Olera autem communi nomine huiusmodi omnia nominantur: singulis tamen speciebus singula nomina à rusticis fuerunt imposita, ut lactuca, condrilla, tum ijs quæ Syrii gingidia uocant, tum alijs id genus plerisque apud singulas gentes; Athenienses tamen omnia communi nomine appellabant: ueteres autem ipsorum speciebz nullum nomen indiderunt. Cum igitur plures horum sint species, & earum plerique, propterea quod non ubique

proueniunt, multis sunt ignotæ, ubi eorum facultatem in genere didiceris, nihil erit, quod ea oculis singulatim inspicere ac dignoscere desideres, sed ipsorum duntaxat enarratio tibi satisfecerit. Si quid igitur olfactui, aut gustui, aut utriusque simul, acre, & mordicans, & calidum apparebit, scito id facultatem habere tenuandi atque incidendi. Ad hæc si quid olfactui odorem bonum inferens, aromatis speciem gustui repræsentet, id quoque uiribus calidum esse oportet, sed non æque ac mordicantia, & rodentia, & insigniter calfacientia. Incidunt præterea & quæ saporem quandā habent nitrosum aut falsum, quorum etiam plurima alium deiciunt; nec minus ijs amara tenuandi facultate sunt prædita; atque hinc adeo fit, ut plurimis huiusmodi uulgo uelcantur: differunt tamen in eo plurimum, si unā cum eis oxymel, aut acetum, aut sal, aut oleum, aut aliud id genus sumatur: eorum enim facultas aceto & melle interdeditur; oleo autem minuitur. Si quid oleum ipsum præterquam quod succos crassos non incidit, eorum etiam omnium, quæ id præstare possunt, robur imminuit. Huius etiam generis sunt cibi omnes aquei ac mucosi, præterea olera plurima, potissimum hortensia propter superfluum humiditatem; quibus omnibus cum aceto uelcantur, eis quidem quæ cruda libenter mandunt, id non permittent; his uero quæ elixant, oleum infundentes. Quidam autem pro delitijs acetum omnibus permiscet, sed cum melle, uel sinapi, uel libyfico, uel cumino, uel apio, uel id genus aliquo commiscet. Natura enim ipsa suggerit quid sit faciendum, ac docet non eos modo, qui hoc apertius norunt, sed sæpe etiam imperitos, atque idiotas. Quin & ipse ijs quibus uictus ratione tenuante opus erat, delitijs eiusmodi uti iubebam, præterquam carne dactylorum, quam multam pulmentis plurimis commiscebant. In summa autem de ijs delitijs est habendum, omnes eas tenuantibus esse accensendas, quæ tum cum multis acris & calidis (cuiusmodi sunt ea quæ nuper memorauimus) tum cum capis, allijs, & coriandro præparantur. Quibus uero ea parcius fuerint permista, substantiā incrassantem habent copiosiore. Quoniam autem ab initio de cibis oleraceis disserui (in eo enim genere plurima sunt quæ tenuant) proximum sanè fuerit, de asparagis, quos uocant, differere, elijs, mixacantho, chamædaphne, uite alba, uitice, spina, & alijs eiusmodi. Eodem in genere sunt uitium germina, & rubi, & omnia denique arborum germina, quibus uelci consueuerunt. Mixacanthus igitur, quem uocant, medice quodammodo est facultatis, ab eo autem elij & chamædaphne utrinque non multum differunt. Stomacho autem non minus prædictis commendant, uitis albæ, & uiticis, & spinæ asparagi: omnium autem maxime austeri atque adstringentes, quales sunt uitis, ac rubi. Spinæ uero asparagus alium deiecit. Sed quæ purgant quidem, non possis ante experientiam cognoscere: quæ uero uentriculum roborant, coniectura possis assequi. Omnia enim stomachum iuuant, facultatisque sunt mediocris, quo in

quo in genere est palmæ cerebrū. Sic enim nominatur tenerum germen, quod ē summa ipsa planta producit, ut elate in oleribus. Qui autē amarioris quidpiā præferunt, quanto amariore, tanto ijs sunt sicciore, & incidentes magis. Quod si linguam euidenter mordent, ac calfaciāt, in tenuantibus erunt numerandi. Verum de oleraceis quidem edulij hęc sufficiāt. De seminibus autem deinceps tractabo. Vt autē de eis in uniuersum dicam, facultate plantæ suæ sunt similia, nisi q̄ illis prorsus sunt sicciore, eoq̄ magis tenuatia: non omnia tamen sunt uesca, ut ne herbe quidem ipsæ, quarum semina manduntur, omnes sunt esculentæ. Omnia tamē semina, quibus uescunt, sua natura ad sicciore & calidior magis, q̄ herbe ipsæ, semper sunt ppena. Proinde & papaueris semen herba ipsa est melius, adeo ut tanquā innoxium panibus ipsum misceant, & placentis. Quod tamen & ipsum palam refrigerat, ex eo intelliges, q̄ caput grauat, & soporiferū est: non tamen æque ac eius succus, sed quanto is magis refrigerat, tanto semine est magis soporifer. Soporiferū est & lactucæ semen. Quandoquidē & olus ipsum frigidū est & humidum. Ab his igitur frigidis & humidis seminibus ei est cauendū, qui tenuante diætā uti uolet. Nam si sibi semen succū crassum ac lentū in corpore gignit: apij uero, & petroselinū, cumini, carui, anisi, præterea libystici, sinapis, ameos, dauci, feseleos, & omnium deniq̄ odoratorū, & acrium, & euidenter calfacientium semen tenuante diætā utentibus conuenit. Quorū quædā adeo sunt fortia, ut nihil à fortissimis medicamentis diffideant: cuiusmodi est rutæ semen, quod ualidū admodum est ac tenuans. Pari modo & lini & cannabis semina. Hęc enim nō modo sunt medicamentosa, sed caput etiam tentant. Quocirca unicū est tempus, quo quis recte ijs utatur, cum scilicet sanguinem per urinas purgare uolet. Verum de medicamentis dicere nūc non est propositū, ut quorum uis & actio est magna, eoq̄ non est eis insistentū. Ad aliud seminū genus est transeundum, quę cerealia appellant: hęc autem appellatio in toto eorum genere Gręcis est uisitata, q̄ leguminū nomē, quæ nonnulli chedropa etiam nuncupant. Omnia autē generaliter uocantur legumina: speciatim uero ea sola ex eis appellant chedropa, quę manu carpuntur: alia cuncta, quæ falce putantur, frumenta: quidam autē solum triticum, frumentū uocant; alij hordeum quoq̄ ei adiungūt. Sed uocet quisq̄, quo libeat nomine: ipse uero de eorum omnīū facultatibus deinceps pertractabo. Triticū ergo firmissimi est alimentū, succumq̄ crassum admodū gignit ac lentum. Proinde nisi quis ipsum, quo modo nunc præparatur, exhibeat præparatū, succus ex eo succrescet uehementer crassus ac lentus. Triticū igitur simpliciter elixo non est uescendū, ut in Asia pleriq̄ rusticos esitare obseruauī, Nam cōdiunt id pauco sale, nec ipsum in farinam redactum, ut id est, puliculā, aqua uel lacte perfundentes, elixāt. Cæterū quod eo modo est paratum, ad

coquendum est difficile, & crassi succi: sola autē ea præparatio est probanda, quæ fermento cōstat, sale, et clibano: paulo deterior, quę minore furno: ex reliquis uero nulla est, de qua uerba facere sit necesse. Est & in tritico nō parua speciatim differentia. quippe quod graue est ac densum & in profundo flauum, copiosissimi id alimentū est, crassiq̄ succi ac lentū: cōtra quod leue est & rarum & album, minus nutrit, succumq̄ gignit crassum minus ac lentum. Similago autē & alica multum alunt, crassiq̄ sunt succi ac lentū. Verum similaginė quidem non conuenit eos attingere, qui extenuante uictu utuntur: Alica uero possunt uesci moderate, tum sola aque incocta, tum uero cum mulso, aut uino, & eo quidē dulci, sed flauo ac tenui, & quod uiribus falerno sit proximū. Possunt & alijs multis cibarijs permiscere, & maxime betis tritis, & iusculis accommodatis. Quod si quis pultem aut sorbitio nem ex alica parare uolet, cōueniet nō anethi modo, sed et porri quidpiam, uel pulegij, uel calaminthes, uel hyssopi, immittere. Piper præterea si misceatur, non solū elixationibus eiusmodi, sed alijs etiam propemodum omnibus, quę ad tenuantem diætā conferunt, non mediocriter iuuabit. Ptiſana autem ipsa quidem per se nonnihil absterget, ut hyssopo non magnoperegeat. Si quando tamen ipsius uim inaugurare uelis, piperis aliquid ei permiscuisse suffecerit. Mel uero ptiſanę immiscere non est opus, nisi quis ea quæ thorace ac pulmonibus continentur, studeat expectorare. In hepatis uero ac lienis affectibus, ipsum admiscere non cōuenit. Nam horum uiscerū tumores à sorbitiōibus ipsis solis ex alica adaugentur, & multo magis, si cum melle eas paraueris: at de mellis quidē usu omni paulo post dicemus. Nunc autē ad hordeū redeundum. non enim in ptiſana tantum eo uescimur, sed & panes hordeaceos conficimus, & eius farinam cum lacte elixamus: præterea ex eo frixo polentā conficimus: denique non secus ac alicam, coctum ipsum in aqua cū uino dulci aut sapa exhibemus. Verum quod ad panes quidē pertinet, scire oportet omnes quoquo modo parentur, exigui esse alimentū, succumq̄ crassum, ac flatu minimum generare. Polentam uero omnem similiter ac panes nutrire, nisi quod siccat magis propterea quod frixa est, farinam ipsam utriusq̄ esse humidiorē, excrementosamq̄ magis ac flatulentam, & potissimum si cum lacte coquatur. Quod uero hordeū, ut alica, ex dulcibus quibusdam sumitur, proposita uictus rationi multo minus confert. succum enim crassum ac lentum, ut alica, gignit. Sumēda igitur hęc sunt non cum sapa, neq̄ cum uino alio, quo uehementer crasso, sed cum mulso, aut uino quoquam falerno simili. Eodem autē modo & typha uti licet & auena, sunt tamen hęc quā ptiſana & alica, cōcoctū faciliora, et excrementosiora. Porro horū semenū pleraq̄ in Asia ac Mysia proueniunt, adeo ut panes ex eis conficiant, qui utiq̄ & ipsi ad coquendum sunt difficiles, & succi non boni. Olyra etiam quam uocant, frequens in Asia uisitur.



uisitur, mediūq; inter hæc & triticū, locum obtinet. Siquidē tritico tanto est deterior, quanto his melior: utuntur autem & ipsa eodem modo, quo prædictis. Quod uero ad zeā attinet, nulla alia est inuestiganda, præter olyras & typhas, quæ sunt esculentæ, & ut ingenue fatear, non mihi constat, de utris harū antiqui nomē zeæ enunciarint. Tertium enim præter illas genus non uisitur, quod eis sit simile, sed typhas & olyras sic uocabant. Cum autem Mnesitheus de ipsdem seminibus utrunq; nomen enunciet, typhas & olyras nominans, in eo declarat se suspicari zeā quoddā aliud esse prauum eduliū, ipsumq; existimo zeam appellare, quod nos typhas nominamus, aut aliquid his deterius. Cæterum semen id, ut hordeum, & olyra, & avena, est mūdandū, ac cortice spoliandū. Quod cum factum fuerit, tritico, hordeo, & olyra longe est tenuius atq; exilius: flauum præterea est ut triticum, non album ut hordeū. Porro hordeū apud quædam gentes nudū provenit, ut in Cappadocia, uocaturq; ita ut iam iam dixi. Quod si aqua incoctū, ut alica, cum aliquo uino dulci sumat, nullis alijs bonitate cedit. Fabæ aut minus quidem q̄ hordeum tergent: uerum & ad coquendū sunt difficilis, & multum flatulenta. Proinde satius fuerit pisces uesci. Fabis enim ad omnia sunt præstantiora. Eruiiæ uero, & dolichi, & phaseoli, multo fabis sunt deteriores: Lentescunt aut, tamen succū crassum generent, non tamen omnino sunt aspernandæ, sed, cum aliorum meliorū ciborum copia non suppetit, eis est utendum. Lupini similes sunt lentibus, nisi q̄ minus siccant. Cicer autē cibus est flatulentus, & concoctū difficilis, atq; excrementitius: ad mouendas tamen urinas, est accommodum: terget præterea non nihil. Eruum uero, boum magis q̄ hominū est alimentum, incindendi tamen facultate pollet, unde & ex eo medicamentū paratur, quod in ijs quæ thorace continent, expectorandis, nulli est secundū. *Bēspas* autē seu scenumgræcum (utroq; enim modo appellat) non in cōmode alui deſcendē gratia, ante alios cibos sumitur: cum melle quoq; eius succū exhibent, ut qui calfaciendi uim habeat ac detergendi: estq; ad utrunq; hoc ualde accommodus: quod tamen caput tenet, usus eius multus est cauendus, & aliorum omnium, quæ alui subducendæ gratia, prima mensa sumuntur. Nam bona pars eorum flatulenta est, & ad coquendum difficilis, in quibus est lupinus, eruiiæ, & phaseolus. Pruna etiā. Damascena hydromelitis incocta præmandunt ijs, quibus extenuatē diata est utendum: uerum his alium magis deſciant, quæ ex lberia importantur. Ventri præterea subducunt echini marini, & concharum omnium atque annosorum gallinaceorū iuscula, neque quidquā ijs officiunt, quibus tenuante uictu uti est propositum. Meline uero seu panicum, & milium, prauis sunt succi, & flatulenta, ac concoctū difficilia. Nam alui fluxum uehementer siccant. Lobi etiam hortenses cibo adaptantur: crassi tamen sunt succi, & pituitosi: cæterum fabis minus inflant,

nec, ut hæc, detergēdi facultate sunt prædicti. Quid iam loquar de alijs prauis seminibus, quæ omnes etiam si non moneam, fugitant: de ipsis tantum dixisse suffecerit, solum hordeum ex cibus frumenta cibus, tenuanti uictui esse innoxium. Secundū hoc sunt panes clibanitæ, qui ex tritico sunt. A reliquis uero est abstinendum, nisi quis forte pisum, uel lentem, aut alicam per magna interualla gustare uelit. Ex piscibus saxatilibus, montanisq; uiticulis multum, ac copiosum potes alimentum ad tenuatē uictum accommodare. Animalia enim quæ in stagnis, ac locis aquosis, & campestribus degunt, humidiora sunt, atq; excrementoſa: quæ uero in montibus uiuūt, omnia temperaturā sunt sicciora, ac calidiora, eorumq; caro minimum est pituitosa, ac lenta. Ex quibus intelligi potest, animalia omnia, quæ in montibus nascuntur, multo ijs quæ in locis planis oriuntur, esse præstantiora. Et, ut ego iudico, aues monticolæ nō modo quod acris, sed etiam alimenti, quod nobis præstant, reuerentia antecedit, alijs auibus, quæ in locis aquosis, ac campestribus degunt, sunt præferendæ. Passeres igitur, turdos, merulas, perdices, et reliquas id genus aues monticolas, mandas licet. Abstinendum autem ei qui tenuante uictu uti uolet, alijs auibus, quæ in locis aquosis uiuunt, ut tardis quas *αἰετῶνες* uocāt, anseribus, & magnis auibus, quas sanè & struthocamelos nominant, & alijs id genus: nam omnia hæc carnem habent excrementitiam. Mandandæ etiam sunt aues eæ, quæ tum in turribus, tum in uineis uitā agunt. Ad hæc columbæ turricolæ domesticis sunt meliores, tum etiam parī modo & apri suis domesticis in cibo sunt anteposendi: ac, ut in summa dicam, omnia quæ exercentur, ijs quæ sunt ocioſa: & quæ cibus siccioribus, ijs quæ humidioribus utuntur: denique quæ purū ac tenuem aerem inspirant, ijs quæ contrarium, sunt præferenda. Siquidem suum domesticorum caro, omnium aliorum ciborum firmissime nutrit. multum enim in seipsa habet lentorem, tum propter uitā desidiosam, tum propter cibi humidioris affluentiam. Verum ab his prorsus abstinebit, cui propositum erit uictu extenuante uti. Quod uero ad reliquas carnes attinet, nō quibus uis simpliciter uescetur, sed si multum sese exercet, licet ei & auibus, & rostris, & pedibus suis uesci, uentre præterea, & matrice, si modo ea elixa belle fuerint. Qui autem uitam in maiore ocio ac quiete degunt, ijs nō modo eiusmodi suum esu est temperandum, uerum etiam syluestribus. Abunde enim fuerit eis auibus montanis uesci, & piscibus saxatilibus, ut puta iulide, fuca, merula, turdo, scaro, & in summa, omnibus quæ carnem habent mollem simul ac friabilem: ab ijs uero quæ duram habent uel lentam, omnino eis est abstinendum. Afellorum autem caro mollis quidem, sed non æque ac saxatiliū est friabilis: Mulorum autem, friabilis quidem est, non tamen mollis. Hæc itaque dux tibi sint notæ, de cuius uis animalis carne, mollities scilicet & friabilitas, quibus

quibus attentus eam animalis carnem cui utrumque adest, quantum uis mandas liceat; cui autē neutrum inest, abijcias: cui alterutrum, interdū, cum alijs cares, mandas; modo ea ad saturitatem usque nō utare. Cum igitur saxatiles defunt, asellos, mullos, & alios eiusdem generis pelagicos, possumus exhibere, & eos potissimum, qui cum sinapi manduntur, cuius generis est scorpius. Sunt & alia quidem animalium genera, quibus altera memoratarum notarum inest: uerum propter alterius exuperantiam, in cibo sunt fugienda. Nam anguilla, & mollium pars maxima, tamen si carnem habet mollem, quod tamen succo lento ac pituitoso abundat, ijs qui tenuante diæta uti uolunt, plurimū est noxia, idem accidit & plurimis ostraeorum. Hirco autē, & boues carnem quidem habent minimum humidam, pituitosam, ac lentam: nocent tamen admodum ob duritiem, & in alterando difficultatē. Ad hanc plurima ostracoderma, & crustata, uel propter utrumque, uel propter carnis duritiem, sunt uitanda. Sola autem chartilagineorum torpedo & turtur laudantur, possisq; nonnunquam, in saxatiliū penuria, ijs uti. Satius tamen fuerit pisces eos preparari cum beta trita, aut albo iure, porrum prolixius miscendo, & piperis portunculam. Dictis piscibus, uiribus propinquum est buglossum, & saxatiles pisces. Ex terrestribus uero animalibus, hirco, & arietes, & genus omnem ouium, ac caprarum, non undequa; laudabilis sunt alimenti. Solis autē hædis innoxie utare: Agnorum esus propter insignem humiditatem est fugiendus: Equorum & asinorum esum hominibus asininis, ut pardorum, uerorum, & leonum, hominibus feris permitto. Proximi asinis sunt cerui, eoque ab eorum esu est abstinendum. Caro autem leporum ad aliam uictus rationem siccantem est accommoda: ad propositā uero non admodum confert: sanguinem enim uehementer crassum gignit. Ad hanc sanguis omnium animalium in cibo est uitandus, & multo adhuc magis in tenuante diæta. Pari modo & uisceribus est abstinendum, sunt enim excrementitia, & ad coquendum difficilia, & crassi succi. Canum uero, & uulpium carnem, nunquam equidem gustauit, nec sane gustare unquam fuit adactus, neq; in Asia, neque in Græcia, neq; in Italia: aiunt tamē hanc quoque mandit: coniectare tamen possum uim ei inesse carni leporum similem. Nam canis, & uulpes, ut summatim dicam, temperamento sunt sicco. Porro quemadmodum partibus porcorum extremis uesci concessimus, ita & gallinarum alis uti concedimus: testes tamen, & uiscera tenuanti diæte non competunt: corporum autem gallinarum esum, siquis exerceatur, non ueto, & potissimum earum quæ in montibus fuerunt enutritæ: qui uero non exercetur, mandendæ ei erunt modice, non modo gallinæ, sed columbæ etiam, ac turtures, tamen si turtur temperamento est sicca, & potissimum quæ in montibus degit, itaq; uesci quis poterit ijs innoxie: recens tamen non turtur modo non est mandenda, sed nec perdis, nec alia omnia, quæ carnem

habent moderate siccam, sed ubi unū diem ad minus suspenderis, ita demum mandas licet. Porro palumbes, præterquam quod carnem habent columbis, & perdicibus, & turturibus duriores, difficilem etiam ad coquendum & excrementitiam habent. Perdices uero, ac turtures, neq; durissimas habent carnes, neq; concoctu difficiles, neq; prauo succo uitiosas, sed & ipsarum durities, si morituræ uno die asseruentur, facile uincitur, sunt quæ friabiles omnino atq; inculpate. Alimentum enim corpori dant laudabile, sanguinemq; minimum uiscosum generant, & crassi ac tenuis mediū. Proinde quibus salubris cibus curæ est, eos, ut arbitror, uti his conueniet. Verum de ijs quidem dictum abunde est, ad ea quæ restant, est transeundū. Olerum omnium radices (ut generatim dicam) excrementitia sunt, & concoctu difficiles. Solius autem dauci, ac pastinacæ radix propositæ diæte ut nihil incommodat, ita nihil confert. Aduersissimæ autem sunt rapæ. His paulo minus aduersi sūt bulbi. Omnium autem pessimi sunt fungi. Itaque eorum omnium quæ gustu nullum morsum, nec acrimoniam, nec calorem referunt, radices suspectas habere oportet, unde & bliti radix uitanda, tamen si olus hoc minime sit pituitosum. Quid iam olera memorem, quorum non solum radices, sed germina etiam & stipites ac folia, succum gignūt pituitosum? Ut autem paucis rem omnē finiam, omnes quidem radices tanquam ad coquendum difficiles habere suspectas oportet, solæ autē acres ac calidæ gustandæ, ut sunt allij, cæpe, & radicule, eæq; pro pharmacis potius quam pro alimentis sunt habendæ. Atq; de radicibus hæc dixisse sufficiat. tempestiuum enim iam fuerit ad fructus arborum transire, quorum pleriq; sunt humidī sine ulla siccitate, & potissimum qui non reponuntur: In quibus ijs minus sunt noxij, qui uentrem lubricant, cuiusmodi sunt mora, & postea, pruna, & cerasia ac ficus. Deteriores autem sūt, qui tarde permeant, & maxime si consistentia sint duri. Ab eis enim prorsus est temperandum. Mandendi autem qui ad reponendum sunt apti, qualia sunt pira, cydonia, & pleraq; uuarum genera, in quibus molliora potius quam duriora sunt edenda: nemo tamē ullo horum ad sanitatem utetur, quemadmodum necq; pomis, neq; persicis, neque armeniis, quæ Latini præcocia appellant: & ijs multo adhuc minus sericis, quæ uocant, & myrtis, & alijs eiusmodi: pari modo nec mespilis, nec sorbis, quibus tamen recte quis ad alia utetur: ad uictum autem ex tenuatē non sunt accommoda, & potissimū mespila. Ut autem summatim perstringam, quæ uehementer sūt austera ac pontica, huic uictus rationi sunt aduersa. Soli autem uentris fluxui, aut uetriculo, stomachoq; imbecillis confertur. Porro inter ea quæ in hyemem seruari possunt, caricæ, ac nuces tum ad id sunt accommodatissimæ, tum etiam nihilo minus ad propositam nobis uictus rationem. Pistacia præterea, & amaræ amygdalæ, haudquaquam sunt improbæ: his duriores sunt

nuces ponticæ, nullamq; abstergerendi ex uisceribus excrementa habent facultatem. Castaneæ uero siue elixentur, siue assentur, siue deniq; frigan- tur, semper sunt prauæ, & multo magis, si crudæ mandantur. Oliuæ autem, quod ad propositam diætam attinet, medium quodammodo sūt edulium. Proinde neque eas magnopere commendare possim, neq; damnare, quemadmodum nec uuas pensiles. Quæ uero in uinaceis seu *spuriis* con- duntur, uentriculi quidem imbecillitati conferunt; præsentem autem scopo, haudquaquam: & his ad- huc minus, quæ in uinis conduntur. Vuz passæ si non sint adstringentes, leni quidem & hepatis tur- mentibus non conducunt; thoracis tamen ac pul- monis affectibus conducunt. noxiæ etiam sunt ma- la punica, si fuerint pontica, imbecillum tamen uentriculum iuuant. Atq; etiam de alijs arborum fructibus, si ad memoratos iam contuleris, licebit similiter pronuntiare, siquidem duri omnes ac pō- tici, sunt prauis; reliquis uero moderate uti poteris. Quod si quis existat, qui in uarijs sui partibus sa- pores habeat diuersos, partes quidem acidæ & a- cres sumendæ; alijs autem temperandum. Multos sanè eiusmodi reperias, ut malum medicum, quod etiam citrium nominamus, quippe cuius cortex est acris; acidæ autem pars intima, eius caro pitui- tosa ac crassi succi. Quæ in aceto & muria con- duntur, ea tantum à pristinis uiribus esse immuta- ta, sunt putanda, quantum à conditura fuerint al- terata. Quò fit, ut, cum acetum & muria ex eorum numero palam sint, quæ incidunt ac tenuant, pi- sces aridi atq; exucci, humores crassos ac lentos uehementer attenuent. Eligendi tamen sunt, qui natura carnem habent mollem: fugiendi uero ce- ta cei, & eis adhuc magis ipsa cete. Quòd si quis pe- nuria melioris uesci his uelit, uel alioqui appetat, *αποξηγῶ* id est, condimento aliquo acris (cuiusmo- di est, quod ex sinapi uel oleo & aceto solo fit) erit utendum. In summa autem, ciborum omnium id est commune, ut qui in memoratorum quopiam conduntur, aut parantur, extenuanti uictui maxi- me conferant. Proinde qui hoc uictui uti uolet, li- cebit ei ijs omnibus uesci, si ex aceto aut oxymeli- te fuerint præparata: tum alijs etiam plurimis eo- rum, quæ succo omni exhauriri queunt. Quin & suilla ipsa exucca tuto uescetur, quæ utiq; alioqui esset uitanda, ut quæ succum crassum ac lætum ge- neret. Cum de ijs abunde tractauerimus, reli- quum est, ut de melle ac uino differamus, & prius de melle, quod utiq; non modo reuera ciborū est dulcissimum, sed succum etiam consistentia tenu- issimum gignit. Quod uero ad uina pertinet, quæ dulcia admodum sunt, omnia sanguinem crassum gignunt: nigra namq; hæc sunt, & consistentia cras- sa, & ijs adhuc magis si reon quod uocant, id est, sa- pa: est autem id multum plurimum coctum. Sunt qui & ficum siccarum decoctum ita nominent. Est autem decoctum id prauo mellis ad simile, ha- betq; & ipsum incidendi uim quandam, in eo ta- men à melle plurimum superatur, ut parum absit,

A quin tenuantium specie excludatur. Porro ficus exacte maturæ, ex medio ciborum sunt genere, quod genus succos neq; condensat euidenter, ne- que tenuat. Aliæ uero omnes hoc genere sunt in- feriores, quippe quæ nondum satis maturuerint, ut uinum musteum, crassi sunt succi ac frigida; præ- terea ad concoquendum difficiles & flatulentæ. Id tamē eis inest commodi, ut celeriter permeent, ob idq; ipsum haud multum officiant. Eiusdē sunt naturæ uuæ dulces, & his adhuc magis palmulæ, quarum quæ in Alexandria, Cypro, Lycia, & Ci- licia, proueniunt, condi omnino nequeunt, sed ut sunt, manduntur, quòd propter superfluam humi- ditatem celeriter putrescant. Aliæ uero quæ con- di possunt, minus sunt noxiæ, crassum tamen & ipse succum gignunt. Proinde ipsarum esus in pro- posita uictus specie est fugiendus. Quod uero ad uina attinet, quæ clara sunt ac pellucida, coloreq; pallida ac flaua, ea forte minimum dulcia inueni- as. Præterea nullum album dulce comperies, quæ admodum nec flauum quoduis, admodum est dul- ce. Cæterum eiusmodi omnia, sanguinem consi- stentia gignunt medio crem. Quæ uero crassa si- mul sunt & nigra & dulcia, crasso sanguine uenas referciunt: at alba simul & tenuia, humores crassos incidunt, & sanguinem per renes purgant. Quæ uero inter hæc consistentia sunt media, ut sunt fla- ua simul ac dulcia & splendida, uiribus etiā quo- dammodo sunt similia, ut quæ neq; ut crassa, san- guinem crassum generent, neq; ut alba, per urinas secedant. Sunt autem uina apud omnes gētes plu- rima, celebrantur tamen in primis Ariulium, Les- bium, Falernum, & Tmolites, quibus semper in- tentus, media deliges, quòd omnia sanguinem bo- num & consistentia medio crem generent. At quæ odora sunt, & alijs uinis calidiora, ea merito caput tentant. Quocirca uitanda eiusmodi ijs erunt, qui cephalæa, aut hemicranîa, aut alia cephalalgia la- borant, ut epilepticis, & maniacis, & ut in summa dicam, omnibus quibus caput infestatur, sunt fu- gienda. Affectus uero omnes thoracis ac pulmo- nis, qui diuturni sunt & sine febre, à uinis eiusmodi multum iuuantur, & potissimum qui humoris per sputa expectoratione purgantur. Non em̄ in- cidenda tantum sunt, aut calefacienda, quæ belle sputis sunt expectoranda, sed moderate etiam hu- mectanda, ne tandem siccata sputa, ac lenta reddi- ta, tussis excitent, exitusq; uiolentia, uas aliquod in ruptionis discrimen adducatur. Quamobrem quæ uina sunt crassa & dulcia, propterea quòd hu- miditatem habent crassam, & ob id ipsum perdu- rantem, in thoracis ac pulmonum affectibus, si cū tenuantibus medicamentis adhibeantur, multum adferant commodi: uerum nec acerbam, nec auste- ram, nec omnino adstringentem uim eis inesse, sed ad melleam magis odore ac gustu & uiribus omni- bus spectare ipsa cōueniet. Eius generis est, quod in Pamphylia prouenit, tum quod Tmolitem ap- pellant (abunde enim fuerit eorum quæ dicimus uelut normam & scopum subieciisse, in quem in- tentus

tentus omnia similia ex eo inuenias ac diiudices.) A  
Optimum sanè suorum congenerum id est, cuius  
tamen si copia non sit, uti licebit Thereo, & Pro-  
tropo, & Thyriño, & Carino. Nigri autem dulcis  
simul & austeri exemplum petes ab eo uino quod  
fert Cilicia, quippe quod Aegeatem nominant,  
omnibus utiq; thoracis affectibus, de quibus nūc  
agimus, est noxium, & eo etiā magis, quæ uehe-  
menter sunt acerbæ. Porro non omnia dulcia nec  
ea quæ exiguum habent dulcedinem, sunt asper-  
nanda, quæ tametsi multis in locis proueniūt, ple-  
risq; tamen sunt incognita, adeo, ut neq; mercato-  
res ipsa studiose coemant, nec apud p̄fessores ma-  
gno in pretio sint. Solum autem uinum ponticum  
in conuiuijs, aut nuptijs, aut sacrificijs, aut alijs ce-  
lebritatibus adhibebant; multum enim implent:

& tarde permeant; ambasq; excretiones morantur,  
tum eam quæ sit per anum, tum quæ per uescicam;  
hærentq; in hypochondrijs diutissime; & facile ace-  
scunt; nauseamq; prouocant. Soli autem uentri sti-  
enti conferunt, idq; si moderate sumatur. Eiusmo-  
di uini in locis Aegisoliæ campestribus magnus  
est prouentus, cui simile aliud est, quod iuxta ur-  
bem quandam Pergamo uicinam habetur, quo utiq;  
omnes eius regionis incolæ propter consuetu-  
dinem citra molestiā utuntur. nam debito modo  
sumptum sitim extinguit; lædit autem omnes qui  
ei non allueuerint; corpora tamen bibentium etui-  
denter nutrit; cui rei argumento sunt incolæ iūue-  
nes, qui in palæstra, bonæ habitudinis comparan-  
dæ gratia sese exercent; utuntur enim hoc uino in  
potu non aliter, quàm suilla in cibo.

## CL. GALENI DE PTI- SANA LIBER.

IOANNE POLITO INTERPRETE.

P  
OSTEA QUAM haud  
pridè aliquot inuenissim  
medicos, qui ptisanæ cre-  
morem porrexerint qui-  
dem languentibus: non ta-  
men declararint quibus in-  
aegris hanc usurpare expe-  
diat, obstitit: nec modum,  
aut exhibendi mensuram,

neq; forbitiois assumendæ accommodatum tem-  
pus assignarint: uerum ubiubi libuerit, usum eius  
statim opportunum esse autumarint: Visum mihi  
est, quæcūq; ab Hippocrate obscurius de ptisana  
recensentur, hæc ipsa multorum nomine interpre-  
tari, simulq; enarrare elixandi rationem, tum hu-  
ius uim, actionem, occasionem, mensuram, porri-  
gendi modum, tum quot afferat emolumenta, si ri-  
de decumbentibus propinetur: quantam rursus ijsi-  
dem noxam, si inopportune exhibeatur: ad hæc  
quibusnam corporibus hanc dare conueniat, qui-  
busq; minime conducatur. At quoniam complicata  
quædam res est ptisana cum eius cremore, ex hor-  
deo namq; probe tuso, id est extenuato, atq; aqua  
& nonnulla coctione conficitur: ergo primum hu-  
ius partes per capita commemorare decreui. Ni e-  
nim quispiam hæc antea perpendat, apprine utiq;  
laserit: Deinceps itaq; & reliqua omnia, nobis ex  
acte pensis habebuntur. Quod igitur optimam  
aquam, in ptisanæ confectioem electum iri, ne-  
cessum sit, neminē ambigere arbitror. Porro pro-  
batissima aqua, tum substantia, tum gustu, tum o-  
dore, tum colore discernitur. E gustu quidem atq;  
odoratu, ut nullam exoticam referat qualitatem:  
hoc est non existat dulcis, non falsa, nec acida, aut  
acris, non grauiter olens, uel putris, neq; prorsus  
ullius acquiratæ qualitatis particeps, sed prorsus

simplex, ac citra omnem alienam qualitatem atq;  
immistionem, quæ uel gustu, uel olfactu deprehē-  
datur. Oportet præterea, pellucida sit, pura, mini-  
meq; coenosa: sed ueluti exquisitè colata, frustillo-  
rumq; innatantium expers. Siquidem huiuscemo-  
di aqua usui accommodata est: natura uero haud-  
quaquam sic sincera existit, perinde ac ne ullum  
quidem aliud sensilium elementorum. Ceterum si  
quo pacto dixi, aqua fuerit, illico tenuium est par-  
tium, facilis & concoctu & distributu, atq; præcor-  
dia subito transit: nec solum non difficilis est alte-  
ratu, appropinquans caliditati naturali, sed & igni  
externo admota, breui calefit. Testis quoque hu-  
ius orationis Hippocrates est: quippe aquam quæ  
celeriter caleseat, rursus quæ euestigio refrigere-  
tur, hanc leuissimam esse existimat. Porro nō pon-  
dere leuem diiudicat, uerum quæ tenuium sit par-  
tium, nec grauatiū contrariā admittat qualita-  
tem. Huiuscemodi sanè aqua tum frigida est, tum  
humida, proprièq; aqua nominatur. Quæ uero uel  
substantia, uel qualitate, ab hac degenerant, ut sit  
bituminosa, sulphurea, aluminosaq; tanto ab hu-  
ius discedunt natura, quanto alienata sunt. Expe-  
tis autem uel demonstrationem, quānam scilicet  
aqua infrigidet, madefaciat que: atqui id explicari  
non est præsentis sermonis, nimirum cum de ptisa-  
na dicere decreuerim. Verum quod aqua frigida  
sit & humida, prisci uniuersi indicarunt: atq; ipsa  
experientia suffragatur. Ergo cum omnia in rati-  
one ista conueniant, hanc aquam assumito. Por-  
ro nunc in hordei enarrationē deueniamus. Hor-  
deum itaque sanè generaliter acceptum, refrige-  
rat atque exiccat. Habet autem quippiam deterli-  
ui ac inflationis: utriculorum namque furfuraceo-  
rum ratione, & aridius existit, & magis abstergit.  
Quod uero in eo uelut carnosum est, atq; nutriti-  
um, id est

tergit quidem uel id, sed minus fursure. Inest etiam huic quippiam inflationis. Cæterum altera membrana tenuis, quæ à fursure plus interna est, hordeumq; inuoluit, ipsa mediocris inter hæc uiribus est: ideo abstergit fursure minus, potius autem hordeo. At optimum hordeum sermone nostro subaudi necesse est: quod uidelicet nil adscititiæ putredinis aut redundantis humiditatis contineat; non nimis recens, uel plus æquo uetustum sit; Nam recentius fecundum est superfluo madore, quem ex regione contraxit: plenum humiditate, atq; spiritu refertum. Vetusius uero diutino tempore exhaustum, imbecilleq; sit, ac suis destituitur uiribus. Indicio autem fuerit, corrugatio huic enata, magnitudinisq; eius imminutio, & quod dum inciditur, uelut friatum emittat puluerem. Prestat igitur integrum eligere hordeum, in ptisana conficienda: nempe quod haud plus iusto recens uel uetus sit, omnisq; adscititiæ qualitas expers. Atqui ne hoc quidem solum suffecerit, quin & experimēto id explorare conueniet: quippe si ad nunc memorata, dum elixatur, in tumorem quoq; assatim attollatur, fumendum tibi profecto fuerit in ptisanæ coctionem, dummodo hac ratione (quatenus liceat) construere tibi certum sit. Iam sanè quænam optima aqua, quoq; pacto hanc discernas, tum quod probatissimum hordeum, & quibus id agnoscas indicijs, summam recensuimus. Reliquū dicendo tertium est, utiq; coctio. Construunt sed enim nonnulli ptisanam, mortario prius hordeum in exiguas infringentes partes, dein subito coquētes adijciunt elixationem \* alij uero amyllum, sunt qui cyminum & mel. Sed uitiosa id genus coctio est. Verum præstantissima, quamq; merito cōcinnes, huiusmodi fuerit: Primum hordeum crudum in aqua macerato, deinde manibus adeo terito, ut tenuis membrana cōspiciatur: post hæc iterum manibus eatenus scilicet ualenter conterito, ut quodq; glumofum excutiat. Atqui sicui est animo, hanc plus absteriuam efficere, latius fuerit eam simul cum membrana decoquere. Fit autem elixatio hoc modo, ut scilicet hordeum primo diu cogatur: mox ad mollem quoque ignem, donec multum succulētum reddatur. Sic sanè elixata, quicquid inerat flatuum deponit, atq; cuncta nanciscitur commoda, quæ attestatus est Hippocrates. Siquidem uiscidum eius (inquit) lene, continuum, & blandum est, lubricum, modiceq; cum humore flaccidum: sitim obrepere non sinit: & (dummodo eo usus sit) facile infernis elabitur: neq; adstringit, aut moleste uellicat: nec dum in uentre est, in tumorem eleuatur: nimirum cum tam in elixatione tumuerit, quatenus uel maxime tumescere natum erat. Quod uero ptisana nil contineat glutinosi, aut obstructioni aptum, (ueluti uiridula cætera quæ lenta sunt) perspicuum est. Detergit namq; non sordem corporis solum, sed & exhibita pituitosum quoq; in uentre humorem expurgat. Porro abundans decoctio, exacta que minorum unio, hunc apparentem efficit lentorem.

A Atqui nec evidens eius uiscidum, ullam sanè habet asperitatem: uerum lene penitus, atq; æquale est: quinimmo & continuum: siquidem nullius adstrictionis, aut acredinis (e quibus asperitas nascitur) particeps existit. Lene autem necessario continet, non modo tactu, sed & ipsa potentia: quippe alia lenta (quemadmodum sunt oleum, mel, atq; reliqua) tangenti tibi lenta uidebuntur, & æqualia, nihilq; inesse inæqualitatis, ut scilicet aliquod tenue, aliud crassum, aut diuulsum, seu diuisū sit: atque ex hoc cernuntur lenitatem tactu possidere, in alia autem quapiam actione facultateq; haudquaquam. Sedenim illa admota, neque uniuersas corporis particulas iuxta & continue humectant, uerum dissident in hoc ab inuicem omnium uiscidorum partes, præter ptisanam. Hæc namq; à tactu lenis existit, continua, diuulsionisq; expers: atque talis ipsa consistit potentia. Illa utiq; gustu nullam referunt suauitatem: Hæc uero inter alia & saporis quoq; quiddam dulcis, blandiq; exhibet, ac potissimum egrotantibus. Iam tamen panis reliquis præstet uirtute, atqui & is iniucunditatem multā habet, & si maceretur aqua (ut sanè indiget mansum.) Rursus uel hac parte ptisana longe superior fuerit, cum ne ullam quidem dum manditur, inferat insuauitatem, habeatq; quoddam lubricum, id quæ maxime huius succus: nec oppendo quippiam in transitu relinquat, ueluti cūcta tenacia (hac dempta) facere solent. Siquidem hæc, quod ei detergendi uis inest, facile in partes secundum thoracem commeat: sic & ad excretionem, digestionēq; idonea est, atq; maxime his, cum quæ assumunt, grauiter iecoris partes transeunt. Cæterum flaccida moderate existit, id est madida, ac sitim abigēs. Madidum utiq; ex aqua nanciscitur, uerum tamen id ipsum quoque contractum, ob hordei uidelicet naturam modice siccantem. Nam quod ex dissidentibus complicatum est facultatibus, ascititiā quandam naturam sortitur, atq; ab extremis alienū est. Sitim autem reprimat, ceu humidum, atq; eandē (quantumuis humiditate inferior sit) plus aqua compescit. Porro quod citius digeratur, quod ob eius lentorem firmam quandam habeat humiditatem, quodq; præterea frigida sit, horum inquam nomine, febribus ardentibus accommodatissima est. Nimirum his omni ex parte opponitur, refrigerans scilicet & humectans, ac succos putridos detergens, atq; non parum alimenti corpori cōferens: semiputres uero succos concoquens, & in commodum humorem transmutans. Hæc autem uniuersa adipiscitur, cum interim nullius adstrictionis, aut uentriculi euerisionis particeps sit.

\* Lenis autem est, non solum dum tangitur, uerum etiam sua ipsius tum actione, tum facultate. Est uero blandi saporis, hoc est nullam habens insuauitatem, humida, atq; ob præsentem lentorem sitim arcet. Quod autem lenis, madida, iucundaq; sit, adstrictionis, aut alterius ualidæ qualitatis expers est. Et inter cætera omnia, quod commodum elixata sit, sitim obrepere uetat,

uerat. Ergo cum sic se habeat, acutis febribus ad modum conueniens fuerit. Nec ea tantum gratia, quod his unde quaque repugnet: sed quod e maxime concoctibus sit, ac in nulla non qualitate imbecillima, digestisque facilis, atque ob deter- suam uim, putridos succos lustrat, semiputres autem concoquat. Verum haud nude, in morbis hanc porrigere expedit: sed circumscriptionibus multis opus est. Neque enim periculi discrimine laborantibus eam dare conuenit: nec his qui indigeant uenæ sectione, aut purgatione, aut quopi- am clysteri: nec quorum uenter excrementis re- dundat, aut ingenti quodam cruciatiu turbatis: mi- nime tamen his, qui medicinalibus fomentis, uel sanguinis immixtione, uel purgatione indigeant. Contemplanda porro sunt, tum occasio, tum exi- hibendi mensura.

\*

Sanè itaque si quispiam semel uesci assueuerat, & huic unicam exhibebis potionem: sin uero bis in die nutrieba- tur, duplam efficies portionem. Adcrementum autem sorbitionis, que adiectio, nequaquam in a- ridioribus morbis admittenda est: siquidem hi ualidiores ptisana potiones expetunt, quæ scilicet uberius madefaciant. Sunt uero morbi sicci, *πλὴν δὲ γίνεσθαι*, id est lateris dolor: *περί πνεύμονος*, id est pulmonia: ac in uniuersum, qui in pectore con- sistunt: cum uidelicet nullum sputum reddatur. Hi etiam qui in iecinore, uentre, & intestinis sunt, nimirum dum aut nihil excernetur, aut durum, nec ut necessum erat, aut dignum memoratu. At quæ in arterijs & uenis contingunt ariditates, hæc tum lingua, tum externo colore perspicuæ fiunt. Sic & qui in capite sunt affectus, patent, dum ni- hil uel palato, uel naribus expurgatur. Pari mo- do siccæ phlegmones, atque hulcera existunt, cum haud quicquam fecernant saniei. In huius- cemodi igitur ægritudinibus ptisanam conficere minime conuenit: nam has humectare nequit: pro- inde cum non nimis madida sit, atque idcirco his morbis parum conferat utilitatis (urpote multam ualidamque expositentibus humectatricem facul- tatem) hinc e repletionis quoque offensa, corpo-

Galen.

cōsuetud.

ra tentaret. Cum uero corpus humidius extiterit, ac ex pulmone quippiam sputi procedat, augen- da atque adijcienda ptisanæ exhibitio fuerit: hæc nanque madefaciens, iuxtaque incidens largam in corpore humiditatem, afferendo scilicet huius particulis, ob syncerum alimentum, robur, bre- uis animal ab turbante malo succo explicat: quip- pe cum ambo conueniant, uitiosa excrementa fa- cile expurgantur. Sed ne ullum quidem alterum datur inuentu, quod siue ut medicamentum, seu tanquam nutrimentum exhibeatur, horum am- borum compos sit: siquidem aut modice attenu- ando, humens præbebit alimentum, ueluti sunt panis, alica, oua, & pisces: aut si incisius fuerit facultatis, & madefacere & nutrire neutiquam po- terit: sicut est acetum mulsum, & si quod id genus aliud. Verum hos usus omnes ptisana comple- ctitur. Atqui hæc ipsa nil sanè emolumenti concil- liarit, si citra circumscriptionem adhibeatur: quin potius si porrigatur, uel exitij causa constituitur: nempe cum excrementorum purgationis nomi- ne, clysteri indigeat æger: uel uenæ sectione, san- guinis redundantia: ergo: cum scilicet dolor ex repletionem nascitur, si tum ptisana afferatur, utri- que causa interitus fuerit: forsitan duplam quoque efficiens repletionem. Eapropter haud expedit hanc febre affligente, propinare, siue hæc cum cruciatiu sit, siue eo careat. Sed neque si paulo ab nutrimento (antea quam inferius excernat) fe- bri homo corripiendus est. Huiuscemodi autem circumscriptiones, non ad succum solum, sed ad ipsam etiam ptisanam attinent. Quibus itaque emolumento fuerit, his non conueniet hanc illi- co porrigere: at primum dumtaxat succum, uel succi quiddam uberius: ptisanæ autem parcius: mox utrunque ex æquo: tandem eam solam: pro- comperto habens, ptisanam in robur, corporis- que alimentum, maximopere conferre. Cremo- rem uero facilitum esse tum operationis, tum con- coctionis, digestionisque. Hæc habui, quæ de ptisana summam referrem: quod agnoscas & mo- deratum eius usum, & necessarias circumscrip- tiones.

Tom. 2

g 3

# CL. GALENI DE PARVAE PILAE EXERCITIO

VALERIO CENTANNIO VICENTINO  
INTERPRETE.

155

VAM quidē ad bonā ua-  
letudinem cōserant exer-  
citiā ò Epigenes, quāq; ip-  
sa opus sit cibaria antece-  
dere, ab antiquis præstan-  
tissimis, tum philosophis,  
tū medicis sufficienter tra-  
ditū est: quā uero illa, quæ  
ex parua pila habetur ex-

156

(ut dictū est) facilis existit: atq; utendi occasio uel  
plurimū negocijs addictos expectat. cōmodū igitur,  
qđ in huiusmodi exercitatiois facilitate cō-  
sistit, tale est. eam uero aliarū omniū quam integer-  
rimā esse, hinc potissimū cognoueris: siquidē ipsa  
rum uniuscuiusq; uim, & naturā intueberis: alias  
enim singulas inuenies, uel uehementes, uel mi-  
tes, uel corporis inferiora magis, uel superiora,  
uel præter cæteras partē aliquā, ut ilia, caput, ma-  
nus, aut thoracem mouentes: quæ autem omnes  
corporis partes æqualiter moueat, possitq; & in su-  
mam uehementiā tolli, & in minimā motionē de-  
primi, aliarū nullam inuenies, illa excepta, quæ ex  
parua pila habetur exercitatio: hæc inquam cōci-  
tatissima uicissim, & tardissima, & ad placitū, utq;  
corpus tolerare uisum fuerit, uehementissima, &  
remississima fieri cōsueuit. sic uero & simul omnes  
corporis partes, cū hoc prestare uisum sit, & qual-  
dam præter cæteras, cum hoc itidem uideatur, mo-  
uere licet: cum em̄ inuicē congregiētes, seq; ne cō-  
stitutus in medio pilam excipiat, mutuo uetantes  
laborauerint, maximū id, uehementissimūq; est,  
multis utpote colli obuersionibus, multisq; palæ-  
sticis occurribus cōmissum: adeo ut & caput, &  
cervix, colli obuersionibus, latera uero, thoraxq;  
& uenter, faciei elationibus, ac depressiōibus, ex-  
pulsionibusq; ac obnixibus, alijsq; palæsticis ri-  
tibus fatigentur. eodē autē exercitationis genere,  
iliaq; uehementer, ac incessus fundamenta crura  
tenduntur. progressus uero, & in obliquū saltita-  
tio non paruum est crurū exercitium: immo re ue-  
ra id solum est, quod omnes eorū particulas sūma  
cum iustitia moueat. dum em̄ procedimus, aut re-  
cedimus, aut nos in obliquū transferimus, alijs atq;  
alijs nerui, ac musculi plus fatigantur. quicūq; etiā  
uno motionis genere crura mouet, quemadmodū  
qui sine ratione cursitant, sic quoq; non secus, qđ  
qui crebro sese in obliquum transferunt, partes in-  
æqualiter exercet. uerum quemadmodū cruribus,  
sic & brachijs, exercitatio hæc sūma cū iustitia pri-  
priū partē opus: siquidē in omni figura pilæ exci-  
pere cōsueuerūt. hic em̄ necesse est, figurarū uariē  
tatē alios atq; alios musculos uehementius tēdere:  
adeo ut oēs uicissim laborantes, intermissione his  
habeant equalē. qui dum alijs operantē, quiescunt:  
atq; ita uicissim oēs operantes, & quiescētes, neq;  
segnes omnino relinquātur, neq; soli laborātes las-  
situdine corripiant. qđ autē & oculos exercere opor-  
teat, hinc uidere licet: si animaduertimus qđ nisi  
quis, quō uergat pila, diligēter præuiderit, quō mi-  
nus eam attingat, ipsū aberrare necesse est. In hoc  
autē & consiliū æquale sollicitudini parat opus est,  
tum illā ne humi incassū deiciat, tum ut uersantē  
in medio

exercitatio alias oēs excellat, hoc nondum satis prio-  
rum quispā explicauit. æquū igitur est, ut qđ hac  
in re sentimus, id nos in mediū afferamus. tu autē di-  
ctorū eris iudex: quippe qui omniū optime eius  
artē exercueris. at uero ipsæ sanē utilia dicta esse ui-  
debuntur, quibus uel tu cōmentariolum hūc fure-  
ris impertitus, ea nanq; (ut arbitror) omniū cōdu-  
centissima est exercitatio, quæ non modo corpus  
fatigare, uerum etiam animā oblectare possit. &  
profecto qui leporū, ceruorum, aprorū, ceterorūq;  
id genus insectationē, nec non aliam quālibet ue-  
nationis formā adinuerunt, uoluptate, oblecta-  
mento, & cupiditate laudis, horū laborem tēperā-  
tes, illi sapientes, & humanæ naturæ peritissimi ex-  
stiterē, tantū em̄ in ipsa potest motio animæ: ut &  
multi præ sola latitia morbos euaserint, multi etiā  
præ moerore agrotauerint, neq; ulla est tam uehe-  
mens corporis passio, ut affectiōes animæ uincat.  
non igitur paruipendere oportet huius motiōes:  
quales nam sint: immo uero lōge magis qđ corpo-  
ris motus obseruare: tum alijs de causis, tū qđ cor-  
pore dignior sit anima. hoc igitur omniū, quæ ex  
hilaritate cōstant, exercitationū cōmune. alia ue-  
ro earū sunt propria, quas nobis ex parua pila cō-  
paramus: quæ nos nunc exponemus. Principio  
quidem adest facilitas. si igitur cōsideraueris quā-  
to egeant apparatus, & ocio, tum cætera omnia ue-  
nandi exercitiā, tū que lepores, ceruos, apros, atq;  
id genus alia, canibus insectando fiunt, tibi mani-  
feste cōstabit, neq; ciuilibus a addictos negocijs, ne-  
que artifices ipsos ad huiusmodi exercitiā acce-  
dere posse: multa em̄ hæc, atq; admodū liberū ho-  
minē exposcunt. hoc autē solū adeo familiare est, ut  
ne quidē infimus eius indigeat apparatus: non em̄  
retibus, non armis, nō equis, non uenatorijs cani-  
bus, sed pila sola, et quidē parua, opus est. adeo ue-  
ro actionū aliarum rationē habet, ut earum nullā  
sua causa nos deserere cogat. quid uero unquā cō-  
modius esse possit, qđ quod et humanā fortunā om-  
nem, atq; actionē admittat: uti nanq; uenandi ex-  
ercitijs nobis nō adest facilitas: diuitias em̄ instru-  
mentorū apparatus suppeditantes, ociosq; liberum  
opportunitatē attendēs exigūt: parua autē pilæ ex-  
ercitationis instrumentorū apparatus uel infimis



in medio eandem assequi prohibeat, uel ipse transmissam rursus excipiat, atqui sollicitudo corpus sola quidē extenuat, cuiuspiam uero exercitio, ac laudis desiderio commissa, utpote in latitiam desinens, ad bonam corporis ualetudinem, atque prudentiam plurimum confert. illud autem exercitium non modicum praestiterit usum, quod ambo corpus uidelicet, atque animum, pro sua utriusque uirtute iuuare possit. quod autem maximis ambo exercitijs afficere possit, ad quae militum imperatores potissimum accedere ciuitatis reges legibus iubent, uidere non est difficile. hostem etenim opportune inuadere, atque inuadendo latere, nauiterque provinciam suscipere, aduersariumque res, uel ui, uel extemporario aggressu libi suas facere, ac parta tueri, optimi est imperatoris: atque, ut simpliciter dicam, exercitus imperator, & custos, & fur egregius esse debet. artis enim illius uniuersa haec est summa. Nunquid igitur aliud quidpiam exercitium aequum idoneum sit, hominem ut instituat, aut parta defendere, aut praecipitantia restituere, aut propositum aduersarij praeuidere? mirum profecto, si quis dixerit aliud quidpiam inueniri: multa nanque ipsorum contrarium efficiunt: ignauos siquidem, & somnolentos, ac sensu hebetes reddunt. etenim quicumque in palaestra laborant, ad crassitudinem potius quam ad uirtutis studium excitantur: multi siquidem crassitatem adeo contraxerunt, ut uix respirare possint. huiusmodi sane homines, nec militis, nec regis negotijs, aut ciuilibus utiliter praefici possent. subus potius, quam illis, rem quamlibet mandare quis possit. Forsitan autem existima ueris me cursum, & quaecumque corpus extenuant, exercitia probare: uerum hoc secus habet; ego enim quod immodicum est ubique damno, artemque omnem modice tractandam censeo: quod siquid mensura caruerit, pulchrum illud haudquaquam fatebor. Cursus igitur minimè laudauerim: quippe qui corporis habitum extenuent, hominemque ad fortitudinem nullatenus assuefaciant, non enim celeriter fugientibus uictoria debetur, sed ijs, qui cominus ualeant obdurare. neque quod celerrime current Lacedaemonij plurimum potuerunt: sed quod hostes persistendo trucidarent, quod si cursus quam bonae prosit ualetudini quaesieris, quatenus corporis partes inaequaliter exercet, eatenus salubris non est censendus. Necesse est enim in hoc alia quidem nimis fatigari, alia uero penitus torpere, quorum neutrum conducit: immo uero ambo morborum gignunt semina, uiresque imbecillas reddunt. Exercitium igitur id potissimum commendaui, quod bonam corporis ualetudinem, ac partium concinnitatem, unaque animi uirtutem praestare possit: quale illud est, quod in parua pila consistit: animum etenim undique iuuare potest, omnesque corporis partes pari modo maxime exercet id quod & ad bonam ualetudinem plurimum confert, & corporis habitus commensurationem efficit: utpote quod crassitatem nullam immodicam, aut gra-

cilitatem afferat: quin potius actionibus robore, aut celeritate indigentibus sufficiens sit, atque idoneum. Quantum igitur ad uehementiam attinet, nullo omnium est inferius. Molliciem autem deinceps uideamus: hac enim aliquando indigemus: aut propter aetatem, quae maximos labores, uel iunior nondum ferre, uel antiquior iam facta non etiam sustinere ualeat; aut quod lassitudini consilere uelimus: aut quod a morbo conualescamus. in ea quoque (ut mihi quidem uidetur) reliqua cuncta excellit: nullum est enim adeo lene, modo leniter ipsum tractaueris. oportet autem ipso medicum te locum obtinentem, nulla ex parte ab eo, quod modicum sit, declinatem, nunc quidem sensim procedendo, nunc uero loco stando, ac denique membra non admodum agitando uti, molli- bus postea ex oleo frictionibus, calidisque balneis uteris. Hoc quidem omnium est remississimum: adeo ut & quiete indigentibus utilissimum atque ad imbecillas uires reuocandas ualentissimum, senisque, ac puero sit conducentissimum. Quae uero hoc quidem laboriosius, mitius uero quam quod uehementissimum sit, in paruae pilae exercitio fieri solent, ea quoque cognoscat opus est, quicumque ipsa recte semper tractare uoluerit. Etenim si quando ob necessaria negotia, quibus per sepe detinemur, aut supernas partes omnes, aut infernas, aut manus duntaxat, aut pedes immodice fatigaueris, tibi licet exercitatioe huiusmodi partim quidem sistere, quae prius laborauerunt, partim uero quae antea penitus torpuerunt, ad parem illis motionem ducere. Siquis enim è multo intervallo crurum opus, aut nihil, aut omnino parum admittens, magno cum conatu prosiciat, inferna quidem sistit, superna uero uehementius mouet. quod si plerumque, ac celeriter cursitas, è multo intervallo per ara pilam proiecerit, inferna magis fatigabit, festinatio insuper, ac celeritas in ea reperta absque graui conatu, anhelitum magis exercet, alterum uero, receptio uidelicet, ac transmissio, exceptioque absque celeritate, corpus magis intēdit, ac roborat. at si uehemēs conatus, unaque festinatio fuerit, hoc & corpus, & anhelitum magnopere fatigabit, eritque omnium exercitiorum uehementissimum. Quousque autem pro singulo quoque usu intendenda, aut remittenda sit exercitatio, scribere quidem impossibile: neque enim fieri potest ut uniuscuiusque quantitas explicetur, in opere tamen ipso adinuenire, atque ostendere possumus: in qua sane uis tota maxime consistit, nihil enim prodest qualitas, ubi quantitate labefactetur. hoc igitur sit curae praedotribae, qui exercitationi sit praefuturus. Reliquum autem sermonis nostri absoluat. animo est enim praeter bona quae mihi dicta sunt, huic exercitio non nihil etiam addere: neque ullo pacto, quod citra pericula sit, quibus aliorum plurima sunt obnoxia, missum facere. cursus enim celeres rupto uale praecipuo multos iam dudum perdidere. item & uoces magne pariter, ac uehementes, uno tempore assatim emissae maxima detrimenta non paucis attulerunt, uiolenti-

quinetiam equitatus circa renes, sæpe quoque circa A thoracem aliquid fregere: nonnunquam etiam seminarijs meatibus noxam intulere. taceo equorum delicta: quibus sæpe à sella delapsi equites illico sunt pernecati. eodem pacto & saltus, & discus, & quæ per flexiones fiunt, exercitia se se habent. Quid autem de ijs dicendum qui in palaestra uersantur: quàm omni ex parte, non minus quàm quæ apud

Homerum, lesi sint. Quemadmodum enim ille inquit poeta claudas, rugosas, atque oculos distortas esse preces: sic eos, qui in palaestra uersantur, uel claudos, uel distortos, uel fractos, uel omnino multos uideris. Cum igitur præter bona quæ dixi, id quoque accedat parue pilæ exercitio, ut scilicet neque periculo sit obnoxium, aliorum omnium ad usum optime patebit.

## CL. GALENI LIBELLVS DE COGNOSCENDIS CVRANDISQVE

ANIMIMORBIS QVAS PERTVRBATIONES

LATINI APPELLANT.

BERNARDO DONATO VERONENSI  
INTERPRETE.

P

Ostquam etiam in com-  
mentariū redacta tibi ha-  
bere uis ea, quæ olim ti-  
bi respondi, cum interro-  
gasses nos de libello, quæ  
Antonius Epicureus scri-  
psit de subsidio aduersus  
proprijs affectus, hinc iam  
hoc ipsum agam, hincque

institium sumam. Optimum quidem factu fuisset, si ipse Antonius aperte explicasset, quid tandem subsidij nomine uellet significari. ut uero ex ijs cōiecturam facere licet, quæ in ipso libro memorat, uidetur mihi eo uerbo, aut obseruationem, aut diiudicationē intelligere, aut etiam correctionem. Si quidem ille, ut nosti, pleraque eorum quæ dixit, ita obscure elocutus est, ut conijcere longe facilius sit quid dicat, quàm planè percipere, modo enim nos hortari uidebitur, ut cogitemus, nos quoque ipsos similiter ac cæteros peccare, modo autem quo pacto singula quæ ab unoquoque peccentur, unusquisque diiudicet ac dignoscatur. modo quæ ratione quis seipsum à peccatis abducatur. quod quidem mihi eiusmodi orationis uniuersæ caput esse uidetur. cætera uero omnia inutilia planè ac superuacanea sint, nisi ad hoc ipsum referantur. oportet autem in ijs maxime infortunij, quæ propter peccata eueniunt, seipsum corrigere. nam illi us interdum quasi de solis affectibus oratio est: plerumque tanquam de peccatis: nonnunquam de utrisque tibi disputare uidebitur. ego uero hoc ipsum primum, ut nosti, iam pridem distinxī, cum peccata quidem ex falsa opinione committi affirmauī: affectum uero seu perturbationem ex quadam experte rationis uisū fieri, quæ ipsi rationi minime obtemperans sit, communī autem uocabulo (quod quidem ad significatum ampliorem pertineat, qui genus ipsum magis attingit) utraque peccata appellari. dico autem illum peccare, qui,

B exempli gratia, aut immodestius, aut animo concitatiores aliquid agat, aut calumniæ credat. scripsere igitur & alij ex philosophis plerique, & Chrysippus præterea, quæ ad remedia pertinerent animi perturbationum. tractauit etiam Aristoteles eandem materiam, & eiusdem philosophi sectatores. ante hos uero etiam Plato. & satius forsitan fuisset ita ab illis uiris hæc discere, quemadmodum ipse quoque didici. uerum tamen hoc priore libro, capita tibi omnia, quoniam ita iubes, breuiter exponam, eo planè ordine, quo me respondentem audiui, cum de Antonij libello interrogasti. Quod igitur peccare nos probabile sit, tametsi nihil prorsus ipsi nosmet aberrare existimemus, ex ijs quæ dicam, argumentari facile fuerit. Cernimus cunctos homines existimare se ipsos aut esse omnino sine omni peccato, aut in paucis exiguisque rebus rectam rationem offendere; hocque ipsum illis maxime accidere solere, quos alij plurimum peccare arbitrantur. quam sanè rem ego, siquam aliam præterea, plurimis notam habeo experimentis. ergo quicumque alijs permiserunt, ut de seipsis ferrent sententiam ac iudicarent, quales nam sint, hos in paucissimis aberrare solitos animaduerti. at quicumque se ipsos esse optimos existimarunt, nec alijs iudicium sui ipsorum facere permiserunt, hos contra, & in maximis rebus & in plurimis offendentes inspexi. quo circa, quod ipse quondam adhuc puer temere laudari putabam, (id autem erat Pythium illud, quo iubetur unusquisque seipsum cognoscere) propterea quod magnum non esset præceptum, hoc postea deprehendi, merito admodum commendari solere. nam is solus qui sapientissimus est, perfecte se ipsum cognoscit. reliquorum autem omnium, perfecte quidem nullus: alius autem alio & magis & minus. quod enim in uita uniuersa & in artibus omnibus uidemus, ut magnas quidem atque insignes rerum eminentias differentiasque

quibus

quiuus unus ē multis facile possit discernere, exiguas aut ac tenues, ij duntaxat qui & prudentes sint & ipsarū artium periti: idē in peccatis quoq; atq; affectibus usu solet uenire. si quis enim, exempli gratia, minima de causa uehementer iratus mordeat, ac uexet seruos domesticos, tum is tibi plane uidebitur malo quodam affectu teneri. item si quis ebrius inter scorta & lasciuos coetus diuerfetur. ac mediocriter animo comoueri ob magnā amissam pecuniā aut ob repulsam atq; ignominia, quāuis in genere affectuū contineatur, nō tamen eque ut illud superius perspicuum est: sicut ne placitam quidem exedere audius. uerum tamen hec quoq; emendationis indigere, ei qui animum suum execuerit, & a cunctis affectibus uindicaue- rit, haud dubium est: quamuis eadem euitare, propterea q̄ parua sunt, magis arduū sit. quisquis igitur uolet se & honestum & probum fieri, is necessē est cogitabit, prima à se peccata sua ignorari: quā ut cuncta deprehendat, cum possim ego dicere quo pacto ipse deprehenderim: nondū tamē id dico, propterea quod fieri potest, ut hic libellus etiam in aliorum manus aliquādo perueniat: quos ipsos quoque exerceri uolo quoad rationem qua peccata sua agnoscant. quāadmodum olim, cum eadem de re loqueremur, te itidem mihi dicere potulauī, & quam diu illa ipsa tibi uideri significasti, cōticiui. quare etiam nūc eodem modo agam: & exhortabor eum qui hoc scriptum nostrū legit, ut quod ipsi permittitur sit ac relictum, id quā- rat, quomodo uidelicet unusquisq; possit seipsum peccantem agnoscere. duplicem enim, ut Aesopus aiebat, manticam ē collo suspensam gerimus, alteram quidem antepectus alienorū, alteram uero à tergo nostrorum. ex quo fit, ut aliena spectemus semper, propria autem nūc intueri possimus. quā quidem narrationē cum omnes probent ut ueram, Plato etiam causam cur id fiat, nobis exponit. quidquid enim amat, inquit, cæcum est erga eam rem quam amat. itaq; si nostrum quiuis se ipsum maxime omnium diligit, unusquisq; nostrum ad se ipsum maxime cæcus sit necesse est. quomodo igitur propria mala inspiciat: aut quomodo se peccantem intelliget? multo enim magis etiam nunc, q̄ res ipsa fert, tam Aesopi apolo- gus q̄ Platonis oratio uidetur nobis nostrorū peccatorū inuentionē desperabilem cōstituerē: siquidē neq; quis facere potest quin se ipsum amet, & quod amat, erga eam rem quam amat, cæcū sit necesse est. nec uero ipse postulasset, ut qui hunc librum legere instituerit, curet per se, ut sibi uia inueniat qua peccatorū suorū cognitionē accipiat, nisi res ipsa difficilis admodum foret, quāuis quis uel q̄ plurimum eam rem apud se ipsum tractauerit. proinde ego hic meam enucleo sententiā, ut si quam aliam quisq; præterea rationē per se ipsum inuenerit, mea quoq; assumpta, liberalius adiuef, quippe qui duas salutis uias pro una sit nactus: sin minus, at hac nostra salte uti possit, donec aliam meliorē offenderit, sed iam uidetur esse tem-

pus, ut quānā hæc sit mea in mediū proferā, hinc sumpto initio. Quoniam peccata ob falsam opinionem committi solent, affectus autem seu perturbationes ob expertem rationis appetitū, placuit mihi prius me ipsum liberare ab affectibus. par enim est nos ab his detentos falsa opinari. sunt autem animi uel affectus uel perturbationes, quæ omnes nouimus, impetus, ira, timor, mœror, inuidia, uehemens cupiditas: mea uero sententiā etiam nimio alicuius rei qualiscunq; ea sit, uel amore uel odio occupari, in genere affectuū est habendum, probe enim dictum esse uidetur, mensurā esse optimam, tanquā nihil bene egregie fieri possit sine mensura. quo modo igitur quis ista unquam eiiciat, nisi prius ea se habere cognouerit: at uero ut quis cognoscat fieri non potest, quemadmodum iam dictum est, quandoquidem nos ipsos amamus uehementer. Ceterū & si ratio hæc tibi nō permittit, ut de te ipso iudices, at saltem ut de alio, quem neq; ames neq; oderis, iudicium feras, tibi non adimit potestatem. cum igitur audieris in urbe quempiam ex ijs quos tibi neq; amore ullo neque odio prosequendos intelligis, laudari à multis q̄ nullis hominibus aduleatur, tum tu ubi ad illū propius accersis, quod de illo possis ferre iudiciū, num sit talis, qualis esse perhibetur, huiusmodi periculum fac. Primum si uideas ab homine & diuitū & ap- prime potentum, aut etiam principum ac tyrannorum ædes frequentari, pro comperto habe, te frustra audiuisse hominem omnia uera dicere solere. (obsequia quippe istiusmodi mendaciū sequi consuevit.) deinde siue id genus hominum salutantem, siue illis se ipsum comitem exhibentem, conuiuijs ue illorum ac cœnis inferentem, cōspicias, quisquis em huiusce generis uitā sibi ipsi sequendam proposuit, non solum nō uerax esse consueuit, sed etiam omnē malitiam habere necessario, quippe qui aut pecuniarum, aut principatus, aut gloriæ, aut honorū sit cupidus, & uel aliquibus horum seorsum, uel omnibus simul insidietur, quem uero neq; salutare, neq; comitari id genus hominum, neq; cum ualde potentibus ac diuitibus cœnare, sed frugi ac temperato uitā uti solitū compereris, sperauerisq; ueridicū, conare hunc quoq; profundius altiusq; cognoscere, ut scias, cuiusmodi tandem sit uita. talem porro cognitionē singulorum ex longiore cum singulis cōsuetudine comparare solemus. q̄ si talem offenderis, qualem sperasti, seu ca aliquando hominem, & cum solo sermonem cōfer, rogaq; ut siquem tibi ex illis animi affectibus turbulentis inhaerere notauerit, eū continuo indicare ne grauetur, teq; illi maximā habiturum gratiā pollicere, existimaturumq; te ab ipso magis seruatum, q̄ si corpore ægotantem sanasset, q̄ si ille recipiat se facturū, cum primum te alio quo tali uitio laborantē inspexerit, deinde longo diuerum intervallo interiecto nihil dixerit, interim uidelicet tecū assidue uersans, accusa hominē, rogaq; iterū aliquāto blandius q̄ prius, ut quidquid talū perturbationū in te residere animaduenerit, illico

illico tibi significet. qui si tibi respondeat, propterea se nihil tibi dixisse, quod tali tempore nihil in te istiusmodi deprehenderit, ne continuo illi fidem adhibeas, neue existimes, te repete omnino inculpabilem euasisse: sed duorum alterum in causa esse: aut propter negligentiam inconsideratorem amicum fuisse, nec animaduertisse: aut redarguendi uerecundia impeditum tacere: aut etiam nolle tibi in odium uenire, cum haud ignarus sit omnibus, ut ita dicam, hominibus hunc more esse, ut eos oderint, qui uera loquantur: aut si nihil horum est, scito hominem propterea tacere quod nolit ipse tibi prodesse: aut etiam propter aliud quidpiam, quod a nobis neutrius probatur. nam si mihi hoc credideris nunc, fortasse fieri non posse, ut tu nihil peccaueris, laudabis post ubi uideris omnes homines singulis diebus innumerabilia peccata committere, & affectibus ductos agere quae agant, neque tamen agnosce re se ipsos tales. quare neque tu quidem arbitrare te ipsum aliud potius esse quam hominem. id porro arbitraberis, si persuasum habeas, perpulchre a te acta omnia quaecumque non uno tantum mense, sed etiam uno die egeris. Verum forsitan dices, si quidem litigiosus propterea es quod uel ex animi proposito, uel ex prauo quodam more talis euaseris, uel etiam rixarum amator sis natura, quantum ex ijs uerbis, quibus ego nuper usus sum, conijcere licet, uiros sapientes aliud esse potius quam homines, at tu isti rationi, quae una est, nostram quae est duplex, opponito: unam quidem quod omnino sine peccato sit sapiens: altera uero, (quod ad eum qui illam priorem concesserit, spectet,) si quidem sine peccato sit sapiens, cum ne hominem quidem esse: quod uero ad ea pertinet, quae de hac ipsa re & propter hoc ipsum dicta ab antiquissimis philosophis audisti, sane Deo similem esse sapientem: at te tamē Deo similem repete fieri nunquam potuisse, quando enim qui totam uitam exercuerunt ut se ab affectibus liberarent, non credunt id se perfecte atque omni ex parte consecutos, nimirum tu id multo minus, qui nunquam exercuisti, ne credito igitur illi qui dicit, nihil a se animaduersum, quod a te ex perturbatio ne sit gestum: uerum aut quod tibi nolit prodesse, idcirco sic locutum existima: aut quod non sibi obseruanda putauerit, quae a te perperam agantur: aut quod odium tuum timuerit, ac uitauerit. fortasse etiam uidisse aliquando agere tulisse eum, qui tua peccata tuosque affectus malos reprehenderit: quamobrem sibi tum tacendum putauerit. aut non credit, cum dicis te uelle singula peccata tua inspicere, te id ipsum agerere uera. quod si tu, cum primum aliquid commiseris, silentio abeas, haud ita multo post inuenies non paucos, qui te non simulate, sed uere corrigant: longaque etiam magis si ei qui te reprehenderit, egeris gratias, quando hac ratione geri potest, ut a te tuum malum recedat. post autem si diligenter consideraueris, uere ne te ille an falsum increpauerit, ex ea re senties te magnam percipere utilitatem. si uero idem assidue egeris, propositumque tibi sit, te in uirum euadere honestum & probum, facile talis fies.

nam in priore quidem tempore ne si omnem quidem considerandi diligentiam adhibeas, poteris deprehendere, te per calumniam & mendacium iudicare, tibi ipsi per imperitiam persuadere, nihil a te esse omnino peccatum. ceterum hoc ipsum potius tibi sit studium, haec exercitatio, ut calumnias & conuicia aequo animo feras. quod ubi feceris, & satis moratus satisque sedatus fueris, iamque tuas ipsius perturbationes animo perspectas habueris, tum aggreditor respondere calumniantibus: sed neque acerbe unquam id facias, neque redarguendi conuincendi ue aut etiam altercandi studio, nec uero te illum alterum uelle desicere ac prosternere significes, sed omne id tuae ipsius utilitatis causa moliri, ut si ille quoque, dum contradicit, probabile quidpiam obijciat, credas illum melius nosse, si modo illum ubi satis longa inquisitione exploraueris, extra culpam crimenque reperiās. hac ratione uolebat Zeno omnia nos agere, itaque tutos nos dicebat fore, si ageremus tantum paulo post paedagogis rationem redituri, sic enim ille uir appellabat istos quorum non paruus est numerus: qui licet a nemine usque inuidentur, ad increpandos tamen amicos & propinquos suos promptissimi sunt. oportet autem eum qui talia ab amico sit auditurus, neque diuitem esse, neque cultu & reuerentia quadam apud ciues suos conspicuum, nam si istiusmodi reuerentia insignis fuerit, nemo plane illi uolet uera dicere ob timorem, quemadmodum ne locupletibus quidem solent adulatores lucri gratia, quin etiam si quem istis ueridicum aliquis casus obtulerit, ad se hunc illico suosque mores distrahere consueuerunt. si quis igitur sit uel apprimere potens, uel opulentus, qui uelit in uirum egregium ac frangi euadere, ab hoc deponi se ipsum necesse erit, atque his praesertim temporibus, in quibus nullus sit inueniendus Diogenes, qui uel opulentissimo ac monarchae cuiuspiam sit dicturus ueritatem. illi igitur quid sibi facto opus sit, uiderint: tu uero qui neque ex potentibus ciuitatis, neque ex opulentis es unus, permitte omnibus, ut quicquid damnant in te, libere aduersum te dicant, neque ipse aduersus quempiam indignare: sic uero tibi sint omnes, ut Zeno dicebat, paedagogi uide licet. neque tamen par esse arbitrare, omnes atque atque indifferenter attendere quid dicant, sed eos tantum quos & optime uitam egisse, & prouidentiori etate iam esse perspexeris, qui autem sint quod optime uiuant, paulo ante a nobis dictum est, progressu uero temporis ipse per te facile assequeris atque intelliges quanta & qualia essent, quae a te peccabantur: tibi que tunc scilicet ego maxime uidebor ueridicus qui nego quempiam sine affectibus aut sine peccatis inueniri, etiam si optima quis natura sit praeditus, aut etiam si apud gentes uiixerit, quae optimis educationibus utatur: omnino autem necesse est unumquemque labi & errare in aliquibus, eoque etiam magis, quo quispiam iunior fuerit, exercitationis enim uniuscuiusque nostrum per totam ferme indiget uitam, ut in uirum perfectum euadat: neque tamen deterri quempiam oportet ne se ipsum conetur

conetur meliorem efficere, etiā si iam factus quinquagenarius sentiat sibi animū uitio & insanabili & irreparabili deformatum. nam ne corpore quidem male quispīa habens, malae item habitudini se ut uictum dederit, etiā si quinquagenarius sit: quin potius omni ratione conabit ipsū corpus in melius restituere, quamuis cōpertum habeat se nunq̃ Herculeā ualitudinem consecuturū. ne igitur nos quoq̃ deterreamur, ne meliores nos ipsos animo reddamus, quamuis cōpertum nobis sit, animū nos posse cōsequi sapientis; uerū maxime quidem etiā illum speremus nos habituros, si a teneris usq̃ ipsū hūc nostrū curare coeperimus: sin minus hoc obtinere possumus, at saltem ne totum omnino deformē illum geramus, ut Theristes corpus, sollicitē curemus. etenim si ante existeremus, fuisset in nostra potestate, cōuenire illū qui prouidebat, ut nasceremur, & primo quidē orantibus nobis, ut corpus strenuissimū generosissimūq̃ ab illo liceret accipere, ille denegasset, tum profecto precati essemus, ut secundo saltē gradu, aut tertio, aut etiā quarto proximū primo bonae habitudinis corpus nobis concederet: itaq̃ si Herculis non potuissēmus, at Achillis accipere praeclearum quiddā nobis uisum esset: quod si non huius, at Aiācis, at Diomedis, at Agamēnonis, at Patrocli, sin ne horum quidem, at saltem aliorum quorū rumpiam heroum praestantium. eadē, ut arbitror, ratione, si quis supremam nequeat animi excellentiam obtinere, at saltem post supremos illos sapientes in secundis, aut tertijs, aut etiā quartis se se haberi non recuset. hoc autem quod dico, non eiusmodi est, ut fieri non possit, si modo quis exercere se ipsum uelit, & longiori tempore assidua exercitatione periculum facere. ego autem cum adhuc puer hāc audiuissem, & quodam tempore hominē uidissem, cui nimia festinatione conātī aperire hostium, res ex sententia non successerat, & ob eam rem iratus clauē mordebat, calcibusq̃ fores percutiebat, atq̃ in deos conuicia iactabat, oculis instar eorum efferatis, qui in furias euaserunt, ac propemodum ex ore spumam emittebat, ut apri solent: tum eiusmodi odiū aduersus iracundiam cōcepi, ut nunq̃ postea quisq̃ me ob talem affectum tristiorē uiderit. et sane hoc ipsum primo quoq̃ tempore erit satis, si neq̃ in Deos maledicta iactabis, neq̃ calcibus series, aut dentibus aggrederis lapides ac ligna, neq̃ efferato uultu intuberis, sed intra te ipsum continebis atq̃ concubabis iracundiam. nam ab ira prorsus liberari simul ac quis uelit, non continuo quis potest. comprimere aut illius perturbationis intemperantiam atq̃ insolentiam potest. quod remedium si saepius usurpauerit, agnoscat tandē aliquando ipse se ipsū minus nunc propensum ad iram quam ante, usq̃ adeo ut neque ob paruas neq̃ ob magnas causas in furore se agantimaduertat, sed magnis tantummodo irasci sceleribus. quin etiā ne hoc ipsum quidem quod dico, irasci magnis sceleribus. post eidem ultra eueniet, si id obseruabit, quod ego,

cum mihi ipsi adhuc puer imperassem, in omni reliqua uita obseruauī, id porro est, nunquam à me seruū mea manu uerberatum fuisse: quod ipsum patri quoq̃ meo usurpatū memini. qui etiā complures amicos increpare solitus erat, quos, in percutiendo, famulis dentes cōstringere deprehendebat, eos dignos esse affirmans, quibus serui illi ipsa uulneris inflammatione, cōuulsione tentarentur, ac sic interirent. quidni enim? quando eis licitum fuerat paulo post & ferula & loris quotquot libuisset uerba infligere, et cōsilio q̃d ad illos negociū pertinebat absoluere? porro alij sunt qui non pugnis solum, sed etiam calcibus feriāt, & oculos effodiant, & stylo uulnerent, si quando stylū manu teneant. uidi etiam quendam qui ira percitus, calamum quo scribimus, in oculum serui inflixerit. Adrianus quidem imperator, ut aiunt, cum stylo serui cuiusdam sui oculum uulnerasset atque eruiisset, ac post illū uidisset ex eo uulnere factum unoculum, ad se uocauit, fecitq̃ ei potestatem, ut pro illa calamitate munus à se peteret. cum autem ille miser taceret, rursus hortatus est Adrianus, ut quidquid uellet peteret. At ille negauit se aliud quiddā petere, optare uero se oculū quem amisisset. enim uero quod tandē munus inueniri possit, quo oculus amissus rependatur? Ceterum quē mihi quoque olim acciderint, hīc tibi narrare uolo, quamuis eadem de re me saepius tibi dixissem. nimirum. Roma redeunti mihi factus est itineris comes amicus quidam patria Gortinēsis ex Creta, uir ceteris quidē rebus non contēendus, quippe qui & simplex moribus, & in amicitia propensius, & frugi, & in ijs quae ad quotidianos sumptus pertinent, liberalis esset, sed usq̃ adeo iracundus, ut suis ipsius manibus aduersus seruos uteretur, interdumq̃ etiā cruribus, loro aut, ac ligno, quod cumq̃ irascenti occurrisset, multo libentius. cum ergo iam essemus Corinthi, omnia quae secum ueliebat suppellectilia, una cum ipsis seruis, nauī tradidit uehenda à Cenchreis Athenas usq̃, ipse mercede conducto uehiculo terrestri iter Megaris facere instituit. itaq̃ cum iam Eleusinē praterissemus, ac Thriasiū attingeremus, seruos quos secum habebat, interrogauit de quadā suppellectili, at illi casu quid responderent, non habuerunt. furore ergo percitus, ubi nihil aliud habuit quo adulescentulos percuteret, gladiū qui intra uaginam cōditus erat, unā cum ipsa uagina arreptum in caput infligit, nō illum quidem qua latior planiorq̃ est inferens, (sic em̃ nihil grauius accidisset,) sed qua secādi uim gladius habet. uagina igitur illico dissecta est, atq̃ ingēs uulnus in capite utriusq̃ effectum est duplex. bis em̃ utrūq̃ percussit. ubi uero plurimū sanguinis effluere de uulneribus animaduertit, nobis eo in loco relictis, ipse Athenas illico pedibus iter ingressus est, ne ipso adhuc praesente aliquis seruorū interiret. nos tamē postea seruatos illos Athenas perduximus. amicus autē ille Cretensis, cum ipsum facti poenituisset, me manu arreptum Megara introducit in domū quandam: deinde

deinde forum porrigens, ubi se ipsum exiit, iubet A  
 uerberare pro ijs quæ furore nefario coactus pa-  
 trauerat. sic enim ipse uocabat. cum autem ego, ut par-  
 est, in risum prorumperem, ille ad genua procubens  
 instabat obsecrabatque ut ne aliter facerem. hic porro  
 haud obscurum est, me tanto maiori risu commotum  
 fuisse, quanto illum diutius in eo perseverantem ui-  
 derim, ut caderem. Cæterum postquam satis diu in hoc  
 ipso perstitimus, recepi me illi facturum quod pete-  
 bat, hoc est, uerbera illaturum, si ipse quoque ualde  
 exiguum quiddam quod ego peterem mihi uicissim  
 præstaret, qui ubi recepit, tum ego rogavi homi-  
 nem, ut mihi sermonem quendam recitanti aures  
 accommodaret; hocque esse illud ipsum quod ego pe-  
 terem, quod ille cum se facturum receperat, lon-  
 giori sermone illum docui quemadmodum id quod  
 in nobis est iracundiæ ac furoris coercere erudire-  
 que oporteat, ratione uidelicet, quod enim non uer-  
 beribus, sed alio quodam modo sit corrigendum,  
 illi latius exposui. at ille cum ad seipsum redisset,  
 sibique prouideret, longe posthac se ipso melior ef-  
 fectus est. tu uero quamuis non multo fias melior,  
 at satis fuerit anno uno in melius saltim paululo ef-  
 fectus. nam si perges constanter resistere affe-  
 ctui iracundiæque mitigare, tum altero anno te  
 multo euidentius proficisse animaduertes. quod si in  
 eo diutius perseveraueris, ut tibi ipsi prouideas, lo-  
 ge propius tertio, & post hunc quarto, atque item  
 quinto ad honestius grauiusque uitæ genus accen-  
 disse te senties. turpe enim est, quempiam multos an-  
 nos continenter laborare atque exerceri, ut uel medi-  
 cus, uel grammaticus, uel rhetor fiat, uel geometra:  
 ut autem uirum bonum euadat, in tanto spatio tem-  
 poris nunquam sibi quicquam laboris assumere. quod  
 nam igitur sit huiusce exercitationis initium rursus  
 repetamus, pro rebus enim maximè momenti ni-  
 hil incommodi fuerit bis terque eadem commemorare.  
 nuncque igitur quempiam seruorum tuorum peccan-  
 tem tuis ipsius manibus corriges; sed quemadmo-  
 dum ego quod olim Platonem audiuissem aduersus  
 quendam seruum maluisse agere, id in tota uita usur-  
 pauit, pulchrum esse genus officij ratus: ita tu quoque  
 tibi ipsi præcipito, neque te tuis ipsius manibus ser-  
 uum cedere, neque quod diu iratus sis, alij imperare, sed  
 in posterum differre. postquam enim furor abierit, prudens  
 uis temperatusque dispicies quor uerbera infligere et  
 quipuniendus sit, oporteat. nec tam illud dixerim  
 melius esse initio statim concessa uenia rem transige-  
 re, et ubi lorum tibi afferri iusseris, tum uerbis duntaxat  
 corrigere ac minitari, te non amplius idem concessu-  
 rum, si iterum ille idem peccatum commiserit. mul-  
 to enim præstat, te facere ea quæ facis, sed postquam  
 impetis ille animi deferuerit, tuque iam furem  
 illum omni rationi inimicum deposueris: quo tem-  
 pore uidelicet iam ratione opitulante inuenturus sis,  
 cuiusmodi ille pugno sit ferendus. nam quod  
 impetis irascentis nihil ab insania & furore differ-  
 rat, ex ijs, quæ faciunt, qui eo genere affectus per-  
 citi sunt, facile intelligere licet. pulsantes enim &  
 ferientes calcibus, & uestimenta scindentes, & tor-

uum quiddam intuentes, omnia peragunt, usque  
 adeo ut, quemadmodum dictum est, & foribus, et  
 saxis, & clauibus irascantur: & alia quidem lace-  
 rent, alia mordeant, alia calcibus petant. sed for-  
 sitan dicturi sunt, hæc fieri solere ab ijs duntaxat  
 qui re uera insaniunt, quæ autem tu facis etiam à  
 prudentibus. ego uero quod minus peccet qui su-  
 is ipsorum manibus seruos cædunt, quam qui lapi-  
 des, & ianuas, & clauas morfu petunt, calcibusque  
 feriunt, planè fateor: sed illud item persuasum ha-  
 beo, aduersus hominem, simulatque aliquid deliquerit,  
 scire, exigui cuiusdam furoris iudicij efficaciamque  
 esse, aut animalis ratione carentis atque agrestis.  
 quid enim? an non solus homo hanc habet excel-  
 lentiam præter cetera animalia, ut ratione utatur?  
 quod si illa furem iracundiamque abiecerint, ut uitam  
 condonent, nonne hominis ritu id facient? noli igitur  
 existimare hominem illum prudentem esse, qui  
 unum hoc duntaxat cauerit, ne calcibus feriat, ne  
 mordeat, ne stimulis cõfigat proximos. qui enim  
 iam talis euasit, non est ille quidem amplius fera, non  
 tamen protinus etiam homo prudens: sed inter ut-  
 ranque naturam medius, hominis uidelicet pruden-  
 tis ac feræ. nunquid igitur meditaberis te desinere  
 feram esse, si non curabis ut in uirum & honestum  
 & probum euadas? an satius fuerit ut non ampli-  
 us inter feras, sic ne inter imprudentes quidem aut  
 rationis expertes manere? cris uero talis, si nunquam  
 animo inserviens, sed semper rationi obtemperas,  
 omnia ages. nam si cuncta nulla cum perturbatio-  
 ne aut affectu animi cõsideraueris, profecto cuncta  
 tibi optima uidebuntur. quæ igitur hoc eadem fiet?  
 nempe si tu ipse te ipsum maximè pretij hominem  
 declaraueris: quo uidelicet pretio nullum aliud ne  
 cogitatione, quidem fieri potest, ut quis allequa-  
 tur maius. nam dum omnes omnino homines iræ  
 obnoxij sunt, te interim omnis iræ expertum esse,  
 quid aliud tandem est, quam se ipsum omnibus ho-  
 minibus præstantiorem ostendere? quod si forte tu  
 ipse te ipsum existimes, quid aliud quam te ipsum  
 ostendis uelle quidem haberi præstantiorem, esse  
 autem præstantiorem nolle? non secus ac si quis cu-  
 piat putari se quidem corpore ualentem esse, re  
 autem uera ægrotet? an non putas animi esse uel  
 ægritudinem uel morbum ex candescantiam, quæ  
 & furor dici potest? an temere arbitraris ueteribus  
 hæc animi perturbationes quinque appellari solu-  
 tas: mororem, iram, ex candescantiam, cupiditatem,  
 metum? enim uero longe mihi melius uidetur esse  
 primum quidem in longius spatium perturbationes  
 eiusmodi cohibere, ac dum surgis de lectulo, singul-  
 latim quæcunque acturus sis inspicere, cõsiderantem  
 num præstet eiusmodi affectibus inserviendo ui-  
 uere, an ratione & cõsilio uti in omnibus quæ agas:  
 deinde unicuique uolenti se uirum fieri egregium ac fru-  
 gi, aduocandum esse aliquem, qui sibi ea quæ non  
 recte à se agantur, singula indicet. tum singulis die-  
 bus singulisque horis habere hæc opinionem in prom-  
 ptu, quod præstet quidem, se ipsum dignum exhibere,  
 qui egregius ac frugi appelletur, hoc autem fieri  
 non

non posse ut nobis contingat, nisi eum qui singula errata nostra nobis indicet, habuerimus, quin etiam illum ipsum nostrorum peccatorum indicem, & seruatores nostrum, & amicum maximū putare. deinde, quamvis tibi ille uisus fuerit falsa crimina obijcere, te tamen iratum uideri minime oportere, primum quidem idcirco quod facile fieri potest, ut ille ita melius quam tu singula peccata tua perspiciat, quemadmodum uicissim tu quoque eorum quae ab illo peccant, non nihil. deinde quod licet falsum quandoque tibi crimen obiecerit, at in eo tamen tibi utilis fuit, quod te ad eorum quae agis, diligentiores inspectionem excitauit, quod autem in hoc ipso maximum est, id praeter cetera custodi semper, ut quod dignus sis, quantique faciendus, a te ipso non ab alio accipias. id porro ipsum est, promptum semper habere in memoria, quanta sit eorum qui irascuntur animi deformitas, quantisque rursum eorum qui sine ira uiuunt decor, quanta gratia, quemadmodum enim qui longiore temporis spatio peccare consueuit, cum magna difficultate affectuum suorum clauem obtinet, ita conuenit te multo tempore unumquodque eorum praceptorum exercere, quibus si pareas, uir egregius ac frugi efficiaris. nam eius rei facile obliuiscimur, dum animus noster decidit, propterea quod antehac totus sit impletus affectibus. consequens ergo illud fuerit, ut quicumque seruari uelit, nullam omnino horam cesset: omnibusque accusandi seipsum faciat potestatem, omnesque aequo animo audiat accusantes, gratiamque non adulantibus habeat, sed obiurgantibus: pateant semper domicilij tui fores: liceat notis ac familiaribus omnitempore ingredi, si quando te ipsum ita comparaueris. itaque etiam confidere oportet usque adeo ut ab ingredientibus deprehendaris nulli maiori peccato uehementer obnoxius: porro quemadmodum omnia prorsus excidere atque euellere inuito difficile est, ita uolenti, quae maiora sunt, facile. si tu ergo semper fores, ut dixi, patebunt, licebit sane familiaribus omni tempore ingredi. utque alij omnes si quando in publicum processere, omnia conantur facere ut decet, sic tu domi tuae omnia facies, atque illi quidem cum reliquos omnes uereantur, ne se in aliquo peccantes deprehendant, unos ipsos non uerentur: tu uero te ipsum in primis uerere, atque illi auscultare qui dixit: Omnium autem maxime tui ipsius te pudeat. quod quidem si feceris, poteris quandoque expertem illam rationis uim qua excandescimus, quasi feram quandam mitigare ac mansuifacere, alioqui absurdum admodum sit, uiros equitandi peritos, ubi equos acceperint, breui eos ad parendum idoneos reddere: te autem qui non aliquid extrinsecus animal acceperis, sed rationis illa expertem uim, quae in tuo ipsius animo est, & cum qua semper meditans ratio simul habitat, non posse ita demittere reddere, & quamuis non ita continuo, at longiori saltem spatio, latius autem de istis rebus differitur in istis commentarijs, in quibus mores tractantur, quo pacto uidelicet eam uim quis optimam sibi & commodissimam reddat, item quem-

Galen.

admodum uires ac robur illius non oportet proster-  
nere, sicut ne equorum quidem, aut canum, quibus  
utimur, sed illud ipsi potius obur exercere sicut  
& in illis, ad obedientiam. tibi uero in istis dem com-  
mentarijs maxime ostensum est, quo pacto rursum  
ea ipsa irascendi excandescendi, uel opitulatrice  
utaris aduersus alteram, quam libidinis nomine phi-  
losophi ueteres appellarunt, quae temere & seor-  
sum a ratione fertur ad corporis uoluptates. ut igitur  
turpe est, hominem iracundia percitum, intem-  
peranter aliquid agere, sic item ob amorem, uen-  
trem, uini appetentiam, edacitatem; quae omnia con-  
cupiscendi illa uis, de qua dictum est, & facit simul  
& patitur. ob quae homo non iam equo aut cani si-  
milis sit, ueluti ob illa priora, sed uel petulanti apro,  
uel hirco, uel cuiuspiam agresti belluae, quae mansue-  
fieri non possit. quocirca huius quidem nulla talis in-  
uenitur correctio, qualis alterius, ea, quam obedi-  
entiam diximus. sed quod ueteres castigare dice-  
bant, huic ipsi quadam proportionem respondet. fit  
autem haec ipsa libidinis castigatio, dum rebus po-  
tiri ac frui prohibetur quarum appetens est. nam si  
potiatur, crescit, maiorque ac uehementior fit. si ca-  
stigetur, tenuis fit atque imbecilla, ut hoc pacto im-  
becillitate coacta sequatur rationem, non autem quod  
obsequens siue obediens facta sit, sane quemadmo-  
dum in ipsis quoque hominibus uidemus contingere.  
nam in istis plerumque isti qui deteriores sunt, sequuntur  
tiores qui sunt praestantiores uel inuiti & coacti, ut  
pueri ac mancipia, uel uolentes & persuasi, ut isti qui  
suapte natura boni sunt. etenim si quis erat apud  
antiquos, quem obiurgationes ac uerba castigare  
non possent, de eo ita loqui consueuerant: quod in casti-  
gatus nescio quis iste homo est? in quo uidelicet  
libidine ratio non castigauerat, hoc est, non sibi ob-  
temperantem reddiderat. duplex enim in nobis est  
animi uis rationis expertis: una cuius & cito excan-  
descere & irasci istis qui aduersum nos peccare uisi  
sunt, officium est: cuius ipsius etiam est, in longius am-  
pliusque implacabilem se praestare: quod quidem tan-  
to est amplius excandescens animi uitium, quan-  
to magis diuturnum: altera est, quae ad id quod ip-  
si iucundum suauisque uisum sit, praecipit fertur an-  
tequam utile ne sit atque honestum, an noxium & tur-  
pe cognouerit. hanc igitur quae uehementissimi ma-  
est, cohibere prius oportet, quam ubi incrementum ac-  
ceperit, uiribus inuicta in expugnabilemque se praes-  
beat. tunc enim etiam si uolueris, eam ultra con-  
pescere non poteris. Actum demum id dices, quod  
olim quendam amantem audiui dicere: uelle te qui-  
dem desinere, sed non posse: frustra; nos aduoca-  
bis, (quemadmodum & ille quondam;) ut tibi sup-  
plicanti opem feram, uitiumque eiusmodi excindam:  
nam corporis etiam nonnulla uitia propter magni-  
tudinem insanabilia sunt: quod ipsum fortasse tu  
ne cogitasti quidem unquam antehac. multo autem  
satius fuerit, te nunc saltem id cogitare, atque inspi-  
cere, utrum ego ueridicus sim, cum dico, uim animi  
illam, cuius est munus, temere concupiscere, siquid  
placeat, plerumque in amore euadere insanabile, non  
corporum



corporum modo quæ formosa sint, siue rerū quæ ad uenem pertineant, sed etiā edacitatis, explendiq; uentris, ac uinolentia, itemq; obscœnitatum quæ præter naturā patrant; an & hæc & alia multa ex his quæ hæcenus à me dicta sunt, mentiar. etenim quæ adhuc de ira atq; excandescencia dixi, eadē pura & de alijs affectibus me dixisse. primū quidem alijs cuiuspiam permittendum esse, ut de ijs cognoscat & iudicet, non aut nobis ipsis. deinde non quoslibet eidem rei esse præficiendos, sed seniores quospiam, quos uniuersi planē egregios ac frugi esse fateantur. qui etiam propterea qd ab affectibus liberi sint, & interpretandi iuris & iudicandi munus ante nos ipsos diutius, illis uidelicet temporibus quibus ipsi nōdum eramus, obtinuerint. deinde nō oportere nos aduersus eiusmodi homines, quoties aliquod nostrū peccatū protulerint, indignationis quiddā pre nobis ferre, sed cōtra, agere potius gratias. postremo singulis diebus ea quæ superius dicta sunt, tibi ipsi reuocare in memoriā: atq; hoc quidem præstabit te sæpius facere: quod si non possis tam sepe, at saltē matutinis horis semper anteq; quidquam eorū quæ acturus sis, aggrediari, & uel pertinis anteq; cubiti eas. Ego sanē olim monita hæc, quæ quali Pythagora autore circumserebant, consueui primū quidem legere bis singulis diebus, post uero etiā ore enunciarē: neq; em̄ satis est ab una ira duntaxat liberū se præstare, nisi etiā sine omni edacitate & nequitia & uinolentia & curiositate & inuidia purū te cōseruaueris. alius igit erat qui nostri periculū faceret ac percontaretur, nuncubi, ut canes solent, uisi essemus immoderatissime impleri cibis, uel more eorum qui perpetuum febris ardorem patiuntur, frigida potione insatiabili auidius exhaurire: an uero quemadmodū uiros & graues & cultu ac re uerētia dignos deceat. nam neq; propter famē decet uehementer insatiabiliterq; impleri, neq; propter sitim insatē sorbentiū exhaurire totū calicem, multoq; minus ob edacitatē in conspectu omnium auidius uel placentiam uel aliud quidpiam ex delicatioribus obsonijs deuorare, sed in omnibus ijs item alijs sunt aduocandi qui opem ferant & quidquid peccamus obseruēt atq; indicent. deinde uero etiā sine pædagogis ipsi nos seruemus demusq; operā, ut omnibus una cœnatibus obsonij minus adsumamus, & à cibis gulam nimis irritantibus abstinemus, moderate interim uescētes ijs quæ salubria sunt. progressu uero tēporis ne respicere quidem te ad conuiuentes uelim. magnū quippe fuerit, credo, si nullus eorū moderatior in cibo & potu sumēdo sit uisus. qd si te ipsū hoc honore aspicere decreuisti, prospice & cura ut aliquāto continentius hodie uiuas qd heri. hoc enim si feceris, senties te in dies ab ijs quæ dixi, facilius abstinere, senties etiam magnas animi tui læticias, si quando re uera amator modestie tēperantiaq; extiteris. sic enim gaudet quicumque in ea re proficit cuius est amator. ex quo fit ut eos qui cōpotationibus delectantur, tum ingenti uoluptate affici uideamus,

cum suos bibendo superant cōpotores: & eos qui uentri student multitudine ferculorum gaudere; quicumq; aut edaces sunt ac palatum explere cupiunt, hos placentis, & edulij, tum quæ ad fartaginem, tum quæ ad ollas pertinet, alijsq; item condimentis suauioribus lætari. noui etiam qui rei uenereæ copia exultarent, superbiusq; se extollerēt. ut ergo illi & exercent & sectantur id quod in ijs rebus summū est quibus student, sic nos item id studere oportet quod in modestia sit summū. porro autem si hoc faciemus, non incastigatos quospiam ac dissolutos nobis cōferemus: nec satis esse putabimus si plus qd illi & continentia & modestia adepti simus: sed primum quidem eos qui ijsdem rebus studeāt superare conabimur. (pulcherrima enim hæc est cōcertatio atq; æmulatio,) post uero etiam nos ipsos, ut uidelicet ex diuturna consuetudine ad hæc ipsa quæ & saluberrima sunt, & adiectu facillima cum uoluptate feramur, memores semper pulcherrimorū dictorum quorum uel hoc est in primis unū: Delige optimū uitæ genus: id iucundū efficiet consuetudo. quæ admodum ergo cū te aduersus iracundiā exerceri iubebā, tum argumento uti poteras te profecisse, qd non amplius te excandescētē cernerēs: ita in ijs quæ ad modestiam pertinent, hoc indicio intellige quantum profeceris, quod ne cupiditate quidem amplius rerum suauissimarum tangaris. ad modestiam autem una est uia per continentiam. hoc enim modestus superat continentem, quod ille ne cupit quidem amplius titillātes palatum cibos, siue ob longam consuetudinem, siue ob continentiam: uelut ipsum quoq; rei nomen indicat. quod deductum esse uidetur à continēdis in se ipso nec permittendis longius abire cupiditatibus. laboriosa aut ab initio uia hæc est atq; aspera, quemadmodum cæteræ item omnes honestorum studiorum exercitationes. itaq; siue pro malitia uirtutis uis habere, siue pro titillationibus corporis animi tranquillitatem, hac ratione te ipsum exercere oportebit, ut per continentiam ad modestiam cōtendas. sin autem uel uirtutē despiceres, uel titillari uis toto corpore, ratio tibi erit deferenda: quæ quamuis ad uirtutem non hortetur, est tamen dux itineris ijs qui aliqua exhortatione commoti, ire ad illam coeperint, quo uidelicet itinere quis consequi illam possit. Tum aut ratio hæc nostra sit duplex, una qua se ipsum quisq; possit cognoscere, altera qua peccata quæ cognouerimus corrigamus, nobis ut de hac posteriore diceremus, minime ab initio propositum est, sed de priore, qua possimus nostra peccata cognoscere. quoniam uero, qui illam ingrediuntur, ipsi dignoscere non possunt, incipientibus quidē alios adhibemus inspectores. eos uero ipsos qui hanc rationē exercent, quāuis iam possint cognoscere à qbus & uitij & affectibus liberati sint, ignorare tamen non oportet procul adhuc ab extremo illo ac fine quē petunt, abesse. siquidē quod in uniuerso dicere cōsueui, etiā hic dicam: cognitionem uidelicet sui ipsius uno quidē modo esse omnium

omnium rerum difficillimam, altero aut facillimā. A  
nam si quis intus uelit cognoscere, difficillimū id  
sanē est, at si foris, non item. Ceterum ego omnia  
hæc, & quæcunque hæcenus dicta sunt, & quæcum  
que posthac dicenda, uolentibus nō grauatiū im  
pertio. & cum alia quædā fortasse sit uia, qua quis  
insistēs & honestus et probus euadere queat, ego  
tamen ubi nam illa sit ignorans, hac ipsa ex quo et  
uiuō & sapio sum usus, eandemq; alijs abunde in  
dicare non desisti, hortariq; ut contra ipsi quoq; a  
liquid afferrent ac reponerent, uicissimq; siquam  
aliam honestatis probitatisq; uiam nossent, doce  
rent; nos autem dum aliam illam desideramus per  
hanc ipsam incessuros, quæ cōmunis cunctis affe  
ctibus est, & ad cognoscendum & ad medendum.  
etenim, & contentiōnis, & gloriæ, & principa  
tus appetitio, animi plane est affectus illis quidem  
minor, attamen ipse quoq; affectus, de inuidia aut  
quid attinet dicere, cum omnium uitiorum sit for  
disimū? Dico aut inuidiam cum quis ex alienis  
bonis tristitia afficitur. & est omnis quidem tristi  
tia affectus, pessima autem omniū, inuidia, siue ea  
sit inter affectus numeranda, siue tristitiæ species  
suo generi proxima. commune aut omnium reme  
dium fuerit id quod dictum est, quod enim & ma  
la sint & fugienda perspicere operæpretium est in  
ijs hominibus qui uehementer ab illis detinētur.  
in talibus enim turpitudine ipsa admodum perspi  
cua est. cur autem ipsi in nobis ipsis nihil tale pror  
sus cernamus, causam putare oportet eam cæcita  
tem qua afficimur, uel ad id quod nos amat, uel ad  
id quod ipsi amamus: nō nulla etiam esse quæ nos  
fugiant propterea q̄ exigua sint, & a nobis negli  
gantur, quæ tamen propter magnitudinē in alijs  
negligi nō possint. inuenire ergo oportebit senem  
quempiam, qui illa possit inspicere, rogareq; hunc  
ut omnia nobis summa cum libertate indicet. de  
inde ubi ille nobis aliquid dixerit, tum continuo  
illi magnas agere gratias. ubi uero ab illo abieri  
mus, tum dispicere & considerare diligenter quid  
sit, nosq; ipsos tum cum soli sumus, increpare, co  
nariq; affectum euellere, nō usq; adeo solum ut ab  
alijs dumtaxat uideamur, sed ut ne radicē quidem  
illius ullā in nostro animo prorsus relinquamus.  
nam ex ijs quæ sic relinquuntur, solet aliquid rur  
sus pullulare, dum id ipsum ab ipsa nequitia et pra  
uitate irrigat. idcirco in nobis ipsis omnes singul  
latim affectus diligenter attendere scrutariq; opor  
tet, quoscunque in amicis necessarijsq; nostris cer  
nimus, num aliquid tale in nostro item animo de  
prehendi queat. excidendū quippe est, dum adhuc  
pullulat, nec expectandum, dum crescat, & fiat in  
sanabile. nam ceteros quidē omnes animi affectus  
pleriq; despiciunt, tamen cū alios uidēt ab iisdem  
teneri contemnunt; tristitia uero ac mœror omni  
bus planē esse malū uidetur, ueluti labor in corpo  
re. ceterū olim quidam ex ijs adolescentibus qui  
mihi familiarissimi erant, cum se in paruis cōmo  
ueri negasset, postq; tamen id sibi accidere animi  
aduertisset, summo mane ad me uenit, dicēs, se su  
Galen.

per care totam illam noctem in somnē duxisse, in  
terimq; sibi uenisse in mentem, se antea ne in ma  
ximis quidem rebus unq; æque turbatū fuisse ad  
tum in paruis esset. itaq; uoluisse discere, quo id si  
bi pacto euenisset, utrum ne ab aliquarū discipli  
narum usu, an uero ab ipsa natura talis extitisset.  
cui ego id respondi quod uerum est scilicet; natu  
ram quidem ipsam in puerili ætate ad uitam perfici  
endam in cunctis plurimū posse, secundo autem  
loco studia exercitiōesq; disciplinarum. nam q̄  
naturæ nostræ siue ingentia plurimū inter se disse  
rant, ex passim lulantibus pueris facile intueri li  
cet, nam eorum alios semper hilares, alios semper  
tristes inspicimus: & alios quidem omnibus de re  
bus ad ridendū promptissimos, alios uero ex qua  
libet uel leuissima occasione plorantes. sunt item  
quibus æqua omnia & communia placeant, sunt  
quos cōtra, rapere ac prædari delectet. alij etiā mi  
nimis quibuscq; de causis uehementissime excande  
scunt, ut & mordeant, & calcibus feriant tum lapi  
des, tum ligna, sicq; proximos se ulcisci putent, si  
quando ab illis iniuriā accepisse arbitrentur. alij  
ad ignoscendum faciles ac mites, neq; irascentes  
neq; plorātes nisi post magnam aliquā acceptam  
iniuriā. hac de causa Eupolis Aristidem illū qui  
dictus est iustus, Nicie interroganti, quonam mo  
do iustus euasisset, probe grauiterq; respondentem  
inducit, naturæ quidem primū maximumq; mu  
nus fuisse, deinde uero se quoq; prompto animo  
naturā suam adiuisse. non solū igitur ad mœrorē  
atq; tristitiā qualibet de causa propensæ sunt ado  
lescentium naturæ, sed etiā ad excarescentiā at  
que ad suauissimorū ciborum appetentiā, de quo  
quidē uitij genere, quod ad illos pertineat, ad hūc  
usq; locum, maxime sum locutus. Ceterū, præter  
illa quæ iam dicta sunt, licet aliquos puerorū impu  
dentes intueri, aliquos aut uerecundos; item alios  
memori naturæ præditos, alios immemores, alios  
præterea obliuiosos. nec non alij sunt qui præpte  
ac libenter discendi causa laborē ferant; alij negli  
gentes atq; ignaui. porro ex illis ipsis qui labores  
facile tolerant, alij sunt qui cito efferantur lætitia  
si quando laudentur; alij qui afficiantur pudore si  
mulatq; a præceptore cotemni se uideant; alij uero  
qui terreantur uerberibus. idem autem, sed con  
traria ratione, de ignaui intellige. itaque ex ijs  
quæ pueris uident accidere homines uniuersi, a  
lios ex illis solent appellare prudentes, alios impu  
dentes; & eadem ratione alios ambiciosos & pro  
bos, alios improbos & honoris negligentes, a  
lios timidos & uerberum contemptores; aliasq;  
item illis appellationes, quæ naturis ipsorum con  
ueniant, imponunt. sic etiam ex iisdem pueris a  
lios intuemur naturā mendaces, alios ueritatis a  
matōres; multisq; præterea morum differentijs in  
ter se distinctos; de quibus nunc dicēdi locus non  
est, quo dhuic dumtaxat instituto nostro conteni  
at. nam eorum alij quidem bonam facillime disci  
plinam recipiunt, in alijs ea nullius momenti esse  
solet. neq; tamen ob hanc causam negligendi sunt  
puer

pueri, sed in optimis moribus nutriendi, nam si natura illorū curationis ac diligentiae bonitatem recipiet, in uiros bonos opera nostra euaserint: sin autem contra, nostrae sedulitatis utilitatem nullam perceperint, quod tamen ad nos attinet, culpa in hoc nostra nulla fuerit, nam puerorū educatio similis quodammodo est curae ac sedulitati qua in plantis arboribusque alendis utimur. siquidem quicquid bonus arborum ac plantarū sator & cultor, nunquam tamen efficit, ut rubus uua ferat, neque enim natura illius tale a principio suo perfectionem capere potest. rursum uites, quae quodam ipsas attinet, fructum ferre paratae sunt, si neglexeris, solique naturae curandas reliqueris, aut multo deteriore, aut plane nullum edere fructum animaduertes. idem in animalibus usufructus uenire, equum quippe si erudieris, ad multas res utilem habebis. uisum uero quicquid olim mansuefeceris, non tamen perpetuo habitu tale possidebis, uipera autem & scorpium, ne eo quidem usque progrediuntur, ut mansuescere uideantur. ego igitur cuiusmodi sum natura non facile dixerim, nam se ipsum cognoscere uel aetatis maturae uiris difficile est, ne dum pueris. Mihi uero quadam ingenti felicitate contigit, ut patrem ab omni iracundia alienum, iustissimum, frugalissimum, humanissimum haberem: at matrem usque adeo iracundam, ut etiam morderet interdum ancillas, semper autem & uociferaretur & contenderet cum patre, & longe quidem odiosus quae Xanthippe illa cum Socrate. mihi itaque inuenti bonitatem honestatemque paternorum officiorum, quae uirtutem maternorum affectuum in proximo collocata quasi e regione respiceret, uenit in mentem, cum illam amplecti & amare, tum uero hanc alteram fugere odiumque prosequi. ut autem in his ipsis maximam cernebam parentum meorum dissimilitudinem, sic item in hoc agnoscebam, patrem meum quidem ex nullo damno dolore concipere, matrem uero etiam ob res minimas oppido quam molestam euadere. porro non tu quoque pueros, quae uehementer attenderint, ea imitari solitos: quae autem iniucunde & cum molestia inspexerint, ab his longe fugere consueuisse. disciplina igitur quae mihi sub patre contigit, huiusmodi fuit ferè ubi uero aetatis meae annum quartum decimum compleui, tum philosophos audire cepti ciues nostros, e quibus Philopatoris Stoici discipulum quendam satis diu. Caium autem qui disciplinam Platonice complexus fuerat, cum is ocio a suis ciuibus priuaretur, a quibus ad negotia ciuitatis trahebatur, per exiguum quoddam tempus. unus enim is putabatur in ciuitate & iustus, & qui nullis pecunijs uinceret: praeterea omnibus & aditu facilis & mansuetus. eodem uero tempore alius quidam e ciuibus nostris post longam peregrinationem domum rediit, Aspasia peripateticus discipulus: & post hunc alius ab Athenis Epicureus. quorum omnium mea causa & uita & disciplinae explorabat pater, una mecum ad illos assidue uentitans. porro autem quod is plurimum se ipsum exercuerat in Geometria, & Arithmetica, & Architectura, & Astronomia, uolebatque doctorem

similiter linearibus illis uti demonstrationibus, & per eas quicquid doceret ostendere, idcirco inquit, oportet in tuis istis honestatis sapientiaeque preceptis ne minimam quidem discrepantiam inueniri, qua ipsa a seipsis discordet, quemadmodum ueteres quoque omnes in hisce artibus seruauere, quarum Geometria Arithmeticaque principem obtinent locum. ut igitur non procacem aut precipitem esse oportet ut te ipsum ab aliqua secta denomines, sed longissimi temporis spatio & discere illas & de illis terre iudicium, sic omnes homines comprobant, consentuntque etiam philosophi, magno studio quaerenda esse haec: quare nunc iam tibi ea sunt petenda aemulatione quadam, & discenda, & digna quae a te augeantur existimanda, ut & iustitiam, et modestiam, & animi magnitudinem, & prudentiam ex illis consequare, laudant enim has uirtutes cuncti, tamen si bi ipsis conscij sunt, nullam se earum habere: dant etiam operam pro uiribus ut alijs uideantur et fortes, & modesti, et iusti, & prudentes. unum illud est quod & si alijs non uideantur, tamen reuera esse ipsi magno studio contendunt, ut mororis uidelicet omnis ac tristitia expertes sint. quare huic a te rei in primis studendum est, cui omnes utique homines studet, praeter omnibus alijs uirtutibus unum hoc quaerendum. Hec igitur ego quae a patre documenta accepi, in hunc usque diem seruauim, neque me ipsum ab ulla secta denominare adhuc uolui. quae sane cum omni studio omnique diligentia explorata habeam, imperterritus atque immotus ad ea omnia quae quotidie in uita accidunt, maneo, quemadmodum patrem quoque manere tum intuebar, ita neque iactura neque interitus rei cuiuspiam, perturbatio me ulla afficiet. nisi forte id eueniat, ut omnia quae cuncti possideo, amittam. hoc enim nondum expertus sum, assuefecit porro me pater etiam gloriam atque honorem contemnere, ut unam nudamque ueritatem habere in pretio maxime facerem. uideo autem quosdam, cum se ab aliquo sperni arbitrantur, aut cum pecunias aliquas amiserunt, magno solere confici dolore, quae sane de causa, inquit ille, nullo tu me unquam morore affectum uidisti. porro nondum mihi talis pecuniarum amissio euenit, ut ex eo quod relictum foret, corporis bonam ualitudinem curare non possem, neque ignominia aut contemptio, ut quispiam uiderit me de loco qui mihi in meo senatu attributus est, deturbatum, sin uero alios qui uituperent, alios rursus qui laudent, mihi contingit ut audiam, his obijcere soleo, me putare ita unumquemque cupere, omnes homines habere qui laudent, ut etiam uel le omnia quae cuncti sunt, possidere. itaque uideo, inquit, mihi ipsi, forte tibi ite uidebor, nihil ad hunc usque diem esse perpeffus quod magni aestimandum sit, atque ad hoc extremum sine omni morore ac tristitia peruenisse. nam nec omnibus unquam spoliatus sum fortunis, nec ulla ignominia sum notatus, quod si autem bos, aut equus, aut mancipium interijt, non tanti sunt haec ut ad me perturbationum idonea sint, utpote cum egregie sim memor eorum quae me pater monere solitus erat: qui uidelicet

suadebat, ne ob ullam pecunię amissionem mœro  
re afficerer, quandiu quę reliqua essent ad corpus  
curandū suppetarent. hunc em̄ primum finem il-  
lis quę possiderētur, statuebat, nō esurire, non al-  
gere, non sitim pati. q̄ si cui plura q̄ horum usus  
postulat, fuerint, ijs sanē utatur ad eas res agendas  
quę honestę sint, mihi igitur adhuc tantus pecu-  
niarum fuit usus, ut eę etiā ad eiusmodi actiōes  
suppetāt. Porro haud me latet, in quibat ille, te for-  
tunarum plus duplo q̄ me possidere, & in nostra  
ciuitate nō mediocri honore præditū, usq; adeo ut  
quę nam mœroris tibi causa futura sit, nullam ui-  
deam præter cupiditatē inexplebilem. ad hoc igitur  
unum exercitationis genus spectabā, id ipsum  
in memoria habens, semperq; meditās & conside-  
rans, donec ita mihi persuasum est, quęadmodum  
ex duplicato binario confici quaternariū. etenim  
consideremus, inquit, per ociū cuiusmodi uitium  
sit insatiabilitas, huiusce autē considerationis initium  
præbeat ea quę in cibis sumendis uersatur, ipsum  
ergo hoc quod est ultra q̄ satis sit progredi uescen-  
do, insatiabilitatē appellari aiunt. id autē quod sit  
satis, ipsa cibi indigentia metiunt. cibo autē nulla  
alia de causa indigemus nisi ut alamus corpus. nu-  
triet uero corpus si benē cōcoctus fuerit, bene au-  
tem cōcoquetur si modicus. nam eum qui nimius  
sit crudum manere haud ignoramus, quod ipsum  
si uel semel eueniat, usum eius corrupti necesse est.  
nam si ciborū cruditate alius cita uniuersum ex-  
creuerit, pfusio uocari id genus uitij solet. ex quo  
sanē ipsius cibi usus corruptipitur. nō enim ita illum  
sumimus, ut per intestina deferatur, sed ut ad om-  
nes corporis partes applicetur. sin autē eius distri-  
butio fiat, nec tamen sit bene concoctus, malū in-  
tra uenas humorem creare solet. quando igitur in  
corpore nostro didicisti, cuiusmodi res sit insatia-  
bilis, iam hoc relicto, ad animum ipsum te con-  
fer, ibiq; illius naturā inspicere diligēter, atq; in uno  
quoq; rerum genere contemplare. sumpto ab ijs  
quę possidētur, initio. in his igitur multa sūt quę  
nō recte tanto cum studio appetuntur, cuiusmodi  
sunt Vniones, & Sardonyches, itemq; lapides aliq̄  
omnes: cuiusmodi item est ornatus, quē fœminę  
ut magnū quiddam gestant, ijs ancillis quę ab ip-  
sis dum incedūt, pendunt. huius generis sunt uesti-  
menta aut ex auro contexta, aut superuacuum ali-  
quod opus habentia, aut quę ut cōfici possint, ma-  
teria indigent ex longinquis regionibus importa-  
ta, qualia sunt quę Serica uocant. porro alia sunt  
ex ijs quę possident, quę ad seruandam bonā cor-  
poris ualitudinem maxime cōducunt. & hæc qui-  
dem satis decenter appetere parareq; possumus.  
horū prima sunt ea quibus & alimur, & uestimur,  
& calceamur. qbus adde illud in quo habitamus.  
in eodem genere habentur, quę egrotantibus uti-  
lia sunt, uerum nonnulla etiā utriq; conducunt,  
& bene uidelicet ualentibus, & ægrotantibus, cui-  
usmodi est oleū. horumq; alia sūt eiusmodi ut ma-  
iorem, alia ut minorem corporibus hominum af-  
ferant utilitatem. itaq; iam nūc & multitudinis &

Galen.

possessionis eorū finem seu modū te planissime in-  
spexisse arbitror. nā quęadmodū unius cubiti cal-  
ceamentum, quatenus ad ipsum finem spectat, in-  
utile est, ita & plura duobus habere calceamenta,  
ut quinq; aut decem, alienum ab usu. alia enim il-  
la omnino superflua sunt; usu autē duorum contenti es-  
se debemus, sic duplicem quoq; uestem habere sit  
fatis: & mancipia: & supellectilem. apud nos au-  
tem, inquit ille, non solum uestis est amplior q̄  
duplex, sed & famuli, & uasa: & omnia omnino,  
quę possidemus, ampliora duplicibus. prouētum  
enim ex rebus nostris multo maiorem capimus q̄  
ut unī corporis ualitudini inferuiā. at em̄ ex istis  
qui uoluptariū uitę genus quod sequeretur elege-  
runt, nonnullos uideo nō duplo modo aut triplo  
quā nos amplius impendentes, sed & quinq; &  
decem & triginta partibus ampliorē sumptum fa-  
cientes. est porro alius quidā, quē tali uictu uten-  
tem intueor, quali ego utor, rursusq; mœrentem  
ac dolentem, ut ego: cui tamen non singulis annis  
similiter res familiaris augetur. nam quod ad nos  
attinet, decima fortasse prouentū nostrorū pars  
impenditur; reliquę uero partes nouę substantiæ  
ipsi adiiciuntur: attamē uideo te ne in res quidem  
egregias insumere quidq; audere, nō in coemptio-  
nem cōparationemq; librorum, nō in eos qui scri-  
bant exercendos, siue notis & signis id faciant, ut  
citius, siue exquisitis figuris, ut pulchrius, sicut ne  
in eos quidē qui emendate recteq; legant. ac ne im-  
pertinentē quidem alijs quidq; te uideo, ut tu me  
uidere potes: nunc fertis in uestimenta, nunc alijs  
quibuspiā ad alimoniam aut ad ualitudinis cura-  
tionem. sunt etiā qui me uiderint quorundā res ali-  
enum dissoluere. ego igitur quencunq; mihi pater  
prouentū reliquit, eum tibi omnē relinquo: qui ex  
eo neq; quidq; quod superuacui usum sit, repo-  
sui, neq; thesaurū ullum congeffi, neq; multis par-  
tibus amplius q̄ impenderim quidquam recondi-  
di: tamen remittentē me ac relaxantem curas sæ-  
pius haud negaueris, sicut ipse fateris nunquam  
me tibi uilum mœrore ullo affectum. nunquid igitur  
potes tristitię tuę causam inspicere, an & illius  
nomen audire a me cupis? iam ne istud quoq; tibi  
fieri uis? scito igitur omnis tristitię ac mœroris u-  
nam esse causam eam quā modo insatiabilitatem  
nostrā, modo auaritatem inexplebilem uocant, ex  
eo quod cupiditates habeant homines, quę neq;  
satiari neq; expleri possint. semper enim concupi-  
scunt ij, qui rerum præsentium inexplebiles sunt.  
proinde si duplum quidpiam habent, triplum illi-  
co student acquirere: sin triplum habeant, quadri-  
plum appetere incipiunt. atq; hoc pacto nūq; ad  
eos spectat, qui pauciora possident, semper autem  
ad eos qui plura, & hos ipsos superare conantur,  
hisq; ipsis plura habere cupiunt. trigitur, inquit  
bat ille, si hoc modo ciues omnes nostros consi-  
deraueris, nō multo te ipso ditiores inuenies. qua-  
re facis ceteris q̄ superfluo omnibus eris opulen-  
tior. enim uero q̄ seruis ipsis haud dubium est: por-  
ro his adde tam multas mulieres, si igitur hi ciues  
nobis

Tom. 2 h 3

nobis sint numero quadraginta millia, atq; ita tu A  
additis illorum mulieribus & seruis, summā fece-  
ris, inuenies teipsum, haud inficiatē, centū & ui-  
ginti millibus hominū ditiorē, attamen hos quoq;  
omnino omnes uolentē superare, studentemq; in  
ipsis diuitijs fieri omni ratione ditissimum. atqui  
multo satius est, ciuem in eo ceteris antecellere, q;  
ijs quę nunc habeat sit contentus: quę quidem res  
in te est. diuitijs uero præstare non uirtutis, sed for-  
tunæ est munus: quæ & seruos & liberos facit ple-  
runq; nobis qui generosi & nobiles appellamur,  
ditiores. at uero tu etiam si quantū optas assequa-  
re, hoc est, ut plus uniuersis ciuib; possideas, nō  
tamen satis sis habiturus. sed illico circūspicies  
num quis in alia ciuitate sit ditior. q; si etiā in hoc  
fortunā tibi propitiā obsequentēq; habueris, tum  
tu ad alias progredieris nationes, & ijs quos apud  
illas opulentos offenderis, fieri studebis opulen-  
tior. quare nunquam tu sanē omnibus ditior, sed  
propter immensas cupiditates semper futurus es  
pauper. q; si ipso usu rerum metieris id, quod men-  
suræ moduloq; tuo respōdeat, iam teipsum unum  
ex diuitibus numeraueris, aut saltem ex ijs, qui eo  
quod opus est, abundēt. ego igitur in numero ho-  
rum meipsum colloco, licet q; tu pauciora posside-  
am. quocirca si tibi ipsi adhuc modū persuaseris,  
nullate unquam tristitia afficiet, siquid ex tuis re-  
bus perierit: erisq; quatenus ad rationem pecunia-  
riam spectat, beatus, utpote cum ob pecunias tri-  
stior futurus non sis. q; si etiam illam quæ ad hono-  
res appetendos pertinet, insatiabilitatem eiece-  
ris, hac quoq; in parte iucunde ac sine molestia ui-  
tam deges. sin autem tibi non satis fuerit honora-  
ri ab ijs qui tua consuetudine utantur, sed uelis ab  
omnibus omnino qui sunt in ciuitate, laudari, etiā  
ab ijs scilicet a quibus ignoraris prorsus, fortasse  
primū quidem ab ijs ipsis cognosci uoles, tum au-  
tem ubi cognitus fueris, honorari. at hoc quidem  
uelle cognosci ab omnibus, ab immensa quadam  
gloriæ cupiditate proficiscitur: illud autem quod  
est uelle honorari, ab inani planē stultaq; ambitio-  
ne. quocirca tibi necesse erit, ut nunc pecunijs quę  
rendis inuigilanti, ita tunc ad glorię honorisq; stu-  
dium cupidinē intendenti, ob illos qui cū plures  
sint, te neq; cognoscent, neq; honorabunt, maiore  
quā nunc affici tristitia. si igitur hæc cōperta ha-  
beamus, & in his nos ipsos assidue exercebimus,  
sine omni molestia uiuemus. at quo pacto exerce-  
bimus? nempe si cognitum habuerimus, utrum re-  
cte sit dictum, insatiabilitatem uitium esse animi  
pestimum, fundamentum enim quoddam hoc est  
omnium cupiditatū, pecuniæ, gloriæ, honorum,  
principatus, contentiōis. primum igitur semper  
in promptu habere oportet præceptum illud atq;  
institutum, quo iubemur eo quod adest, contenti  
esse, annexum ei uidelicet atq; adhærens, quod de  
insatiabilitate dictum est. quicumque enim odio  
prosequetur animū insatiabilem, is eum protinus  
diliget atque amplexabitur, qui sit paruo conten-  
tus, si igitur hoc solo constat ipsum omni mœrore

ac tristitia carere, iamq; hoc ipsum uniuersum pe-  
nes nos ipsos habetur, illud cōsequēs fuerit, ut pe-  
nes nos sit uiuere sine mœrore, si modo in prom-  
ptu habeamus, quod de animo tū insatiabili tum  
frugi præceptum est, ac per hoc ipsum præceptum  
singulis diebus in singulis huiusce operis partib;  
nos ipsos exerceamus: quod quidem cum ceteris  
ex puerili disciplina cōtingat, alijs illis, quibus in  
hoc fortuna non fauerit, serō tandem ea ratione  
quam exposui contingeret. quis enim est qui nolit  
omnem ætatem ducere sine tristitia? aut quis non  
hoc omnibus diuitijs preposuerit, quę & facile au-  
ferri possunt, & sceleribus nonnunquam redun-  
dant? ille igitur & hæc & alia multa tum mihi tum  
alijs deinceps recensebat: quibus omnibus illico  
etiam persuadebat. utilitatem tamen eam, quæ ex  
posterioribus capitur, serō capientes paucissimos  
quosdam uidi. pleriq; em̄ usq; adeo animi sui affe-  
ctus auxerūt, ut iam inde insanabiles existeret. at si  
quid modicis adhuc perturbatiōibus inseruit, po-  
testq; aliquid eorum quæ prius dicta sunt, intelli-  
gere, ubi sibi inspectorem quendam ac pædago-  
gum apposuerit, qui se, ut antea dixi, in singulis re-  
bus alias moneat, alias obiurget, alias etiā adhor-  
tetur & compellat ad ea quæ præclariora sunt ca-  
pellenda, ac seipsum eorum quæ & dicit & mo-  
net, præbeat exemplum, is sanē poterit & liberum  
& egregium sibi animū ratione cōparare. etenim  
turpe est libertatem eam quæ humanis legibus ac-  
cepta refertur, maximi facere, eam autem, quæ &  
uerē & natura ipsa est libertas, nō omni studio pe-  
tere, sed inhonestis atq; impuris ac tyrannicis do-  
minis seruire, lucris uidelicet, ac minutissimis qui-  
busq; pecuniarijs ratiōibus et cupiditatibus, tum  
principatus, tum gloriæ, tum honoris. quorū sa-  
nē omnium matrē ego haud dubitātim dicere, in-  
satiabilitatem habēdi. quis igitur talem in animo  
pestem habens possit unquā aut honestus aut pro-  
bus euadere? aut cur non mille mortibus sit di-  
gnus, qui non toto animo oderit talem turpitu-  
dinem? porro autem hanc ipsam multo magis &  
odisse & fugere debent adolescentes qui se saluos  
esse uelint: qui si forte initio assueuerint pecuniā  
insatiabiliter cupere, fieri iam ultra non poterit, ut  
cum ad annū quadagesimū peruenerint, seipsos  
recuperent: sed pone, si magis placet, quinquagesi-  
mum; ne quis nos ut inhumanos redarguat, sicuti  
quendā audiui dicere: homines quidē nō paucos  
uinci solere gula, uenere, gloria, honore: se uero,  
qui diues esset, una re tantum, quod nullius sui  
uoti compos fieret. nam is cum satis diu me singu-  
lis diebus lætū hilaremq; uidisset, ipse interim ma-  
le animo affectus, rogauit, ut docerem, quid sibi  
esset faciendum, ne tangere tristitia. cui cū egro  
spondissem, longiore annorū spatio esse opus ad  
eorū uitiorum correctionē, quæ ipse in animo suo  
ac hunc usq; diem aluisset, uo ciferans, nihil te, in-  
quit, unq; uidi inhumanius: quasi ego uidelicet, q;  
possem, si modo eniti uellem, ipsum quā citissimē  
ab omni tristitia liberare, hoc sic illi beneficiū in-  
uiderem

uiderem. cum tamen huic uni ex omnibus disci-  
plinis nemo ex ijs ad quos ipsa pertineat, inuidere  
possit, nobis quippe expedit, omnes homines qui-  
bus cum consuecimus, omni animi perturbatione  
uacare, neq; aut gloriæ, aut si qua alia res est gloriæ  
similis, eius cupiditate animum gerere deforma-  
tum. quanto enim hi meliores fuerint, tãto nobis  
amici utiliores existẽt. rursus igitur ad eum reuer-  
sus qui se in uerum studeat uirum euadere, uiam  
quandam communem ad omnia animi nostri bo-  
na monstrabo. oportet enim eum qui alteri præsit  
ad corrigendum, initio quidem intẽto esse animo  
ad singula quæ ab illo gerentur, cui sit indicatu-  
rus quid ab ipso negligatur. est enim interdum de  
finitu difficile in ipsis actionibus, id quod in re fa-  
miliari ex minutissima quadam ratione gerit. qua  
re hoc ipsũ nullo modo præfiniri potest ei qui nũc  
primum incipiat auaritiæ morbum excidere. por-  
rò quemadmodũ in hoc uirtus uitio proxima est,  
ita dum ambitionem excidere uolumus, uirtuti  
illico finitimum uitium offendimus. cæterũ quo-  
rum animi suapte natura ad honestatem probita-  
temq; feruntur, hi ne utiquam pudore affici solẽt,  
si cum ipsi iuuenes sint, seruariq; possint, alios ha-  
beant qui sua ipsorum peccata inspiciant, atq; ob-  
seruent, etate scilicet prouectos homines qui in om-  
ni uita sua clarissimum liberæ mentis specimẽ de-  
derint; quibus quidem increpantibus neq; resiste-  
re, neq; infensos esse par est, sed habere gratiã, quin  
etiam eosdem rogare oportet semper ut uera di-

cant, quod ipsum ubi cognitũ habuerint, tum co-  
nari si non ingentes illas portiones, at saltem mi-  
nutas atq; exiguas de grandi illa summa affectuũ  
ac uitiorum excidere: tamen si initio per quã ar-  
duum hoc, & cum magno labore magnaq; infeli-  
citate fieri uidebitur. scire enim eos oportet pro-  
gressu temporis non similiter idem habituros dif-  
ficile. quo enim maius rationalis nostri animi pars  
in huiuscemodi exercitationibus ac studiis incre-  
mentum accipiet, ( quatenus uidelicet superabũ-  
tur minuenturq; uitia) eo facilius obsequiũ ac per-  
fectiorem obedientiã obtinebit. nam cum ea quæ  
maxima sunt, ratio nondum exercitata superaue-  
rit, haud dubium est, quin ubi duplicem excellen-  
tiam spatio temporis adepta sit, facilius sit supera-  
tura. etem ex ijs in quibus ipsa se exercuerit, mul-  
to existet generosior quàm prius, sicq; etiam illis  
quæ minora aliquanto euaserint, abunde sufficet.  
porrò ad futuri temporis spem uel alterum horum  
dũtaxat satis esse poterat. quocirca ipsius exer-  
citionis initio terri non oportebat eum qui in ipsa  
affectuum curatione parum se proficere sentiret.  
progrediente em tempore magis proficiet, si mo-  
do æquo animo pergat audire eũ a quo uere ame-  
tur dicentem sibi quæ sint ea in quibus peccet, ue-  
litq; non uideri tantum, sed etiam re ipsa existere  
& egregius & frugi. Hactenus igitur de ratione &  
cognoscendorum & curandorum animi affectuũ  
dictum sit: deinceps autem sequitur, ut de pecca-  
tis ipsis dicatur.

## CL. GALENI DE CVIVSQUE

### ANIMI PECCATORVM NOTITIA ATQVE

MEDELA LIBELLVS.

IVNIO PAVLO CRASSO PATAVINO INTERPRETE.

VIVSQUE animi per-  
turbationum cognitio ac  
medicina secundum tradi-  
tam superiori commenta-  
rio rationem cõprehensa  
est: deinceps de peccatis  
sermo instituendus est. igitur  
optimum & in presen-  
tia initium sumam, quod

omnes, & si operibus non confirmant, ore tamen  
confitentur, ac illud quidnam sit, quod peccatum  
uocant, ut nobis procedenti oratione ambiguitas  
nulla relinquatur, explanabo, doceboq; uocabulũ  
hoc *ἡμάρτυμα*, quod latinis peccatum significat,  
ab omnibus græcis ita accipi, ut modo ea, quæ  
haud recto iudicio cõmittantur, declaret, atq; ita  
ad solam rationabilem animæ partem pertineat,  
modo communis latiusq; ea etiam, quæ ad irra-  
tionabilem facultatem spectent, complectatur.

Multa desunt in codice græco  
quidnam sit peccati consensus, omnibus in aper-  
to est: quid imbecillus consensus, non item; si qui-

dem nonnullis titubantem hũc assensum inter uir-  
tutẽ uitiumq; medium ponere satius esse uisũ est:  
titubantem uero siue imbecillũ esse consensũ præ-  
dicant, quando nobis ipsis nõdum ita uerã esse o-  
pinionẽ aliquam persuaferimus, sicut illa est, exẽ-  
pli causa, in utraq; manu quinos esse digitos, aut  
bis duo quatuor cõstituere: forsan utiq; senẽ quẽ  
piam offenderis, qui in omni uita ueris peccatis o-  
perã dederit, alicui scientificam ostensionẽ haben-  
ti infirme assentiri: sciẽtia porrò geometræ de his,  
quæ per Euclidis elementa ostensa sunt, talis est,  
qualis & hæc, bis duo quatuor esse: eandem quoq;  
scientiam & deinceps traditorum de globis præ-  
ceptorũ habebit, quemadmodum & omniũ secũ-  
dum hæc resolutorum de linearũ figuris atq; gno-  
monicis. Quamobrẽ si uel parum quis ambigat,  
neq; propriũ ipsis consensum præbeat, quem cõ-  
prehensionem nonnulli appellant, hoc esse uitium,  
ut hominis uidelicet geometrẽ quĩspĩã tũce cõces-  
serit. at eius, qui in uita peccet, in bonis malisq; co-  
gnoscedis, possidendis, aut euitadis improbe opi-  
niones falsẽq; cõsistunt, assensus item aut p̄clius,  
aut tĩ-

aut titubās & incertus. Hic iam igitur discrimen impendet, ne paruum iuxta & maximum peccatum committatur, si falsā de bonis ac malis opinioni assentiamur. secundum Academicos planē ac Pyronaeos uocatos philosophos eorum, quae à nobis inquiruntur, scientificam ostensionem haberi negantes, omnes, qui nunc habentur, de re aliqua consensus necessariō inconsiderati sunt ac temerarii, quin etiam & falsi esse possunt. aiunt pręterea, philosophorum de bonis malisq; discordes inter se pugnantescq; sententiā ut uerā omnes sint, ne utiquā fieri potest, at omnes forsan mendaces esse nihil prohibet, ut neq; uoluptas bonum sit, neq; perturbationum uacuitas, neq; uirtus, neq; ab ipsa prodiens actio, neq; aliud omnino quicquā eorum, quae à philosophis enumerata sunt. In primis itaq; eum, qui à peccatis mundus esse cupiat, rei illius ignota, quam inuenire satagit, demonstratio sit, necne, considerare oportet, idq; nō obiter modo, sed longo etiā tempore inter ueracissimos homines uersantem, qui naturali quadam prudentia praediti sint, atq; in rationalibus disciplinis exercitati, qualis nam sit ostensoria methodus, speculari conueniet. Deinde cum quis ipsam se inuenisse sibi persuaserit: postea lōgo temporis interuallo iterum sese exercere debet ante, quā ad maximarū rerum inquisitionem accedat: ut, exempli causa, quodnam sit illud bonum, (id sanē & uitae finem nuncupant) quod comparatum felices nos, aut beatos, aut quod quis aliter nominare uelit, efficiat. Nōne igitur per deos illi, qui prius, q̄ ostensoriā methodum se inuenisse credāt, ad maximarum pulcherrimarumq; rerū indagatōnem transeunt, euidenter temerarii sunt? mihi quidem uel maxime huiusmodi esse uidentur: perinde enī isti affecti sunt, atq; illi, qui ante, q̄ satis se in numerorum scientia exercuisse cognoscant, aliquid de supputatoris locis atq; arithmeticiis differere audent. igit̄ ut hos plerūq; falli necesse est, ita & quicūq; prius aliqua demonstrare conantur, q̄ in demonstratoria methodo uersati sint, quin errores cōmittāt, fieri nequit: porro q̄ nonnulli ex his, qui falsa edocent, quibuldā persuadeāt, sectarum multitudo testatur: sed neq; illis hæc, nisi aliqua similitudo intercederet, persuaderi potuisse, cuiq; palam est: neque paruum hanc esse similitudinem profecto existimare conuenit. nam alioqui facillime deprehensa foret, neq; longo temporis decursu à multis clarissimisq; uiris eam argui conuinciq; opus fuisset. Illud itaq; quod in re medicinali Hippocrates uersuenerit aiebat, & in philosophia accidere uidet: dicebat aut̄ Hippocrates, similitudines uel bonos medicos in errores difficultatesq; cōficere, utpote non uulgaribus dūtaxat medicis, uerum etiam nobilissimis ob similitudines deceptis. quare neq; alienum est, & in philosophia similitudines praclaris philosophis imponere, gemellorum similitudines illi, qui cum ipsis uersari consueuerunt, facile dignoscunt, non assueti minime id facere queunt. Eadem ratione & illae, quae in rationibus sunt, si-

militer eos, qui sese non diu neq; quotidie instruendis rationibus attriuerunt, praetereunt, quae admodum & gemini fratres eos, qui non una degant atq; uerlentur, delitescere solent. Hoc utiq; unum primum est eorum peccatum maximum, qui aliquid ad humanam uitam pertinens temere pronunciant, bonaq; ac mala aut ex amore sui, aut inanis sapientiae, aut arrogantiae, aut ambitionis causa constituunt: siquidem nonnulli recte se opinari sibi persuadent, nonnulli honoris, aut praetextus cuiusdam causa ea proximis probare conantur, de quibus ipsi dubitant, atq; animi pendentes, peccant sanē utriq; secundi scientes ac uolentes, quorum uitium ex perturbatione proficiscitur: primi uero nescientes, ipsorumq; error peccatū proprie dici merebitur. recte igitur isti fecerint, si Aesopī manticarum meminerint, suasq; ipsorum opinionones alijs examinandas concesserint, haud per Iouem talibus, quales ipsi sunt, non solum in olīetorijis methodis minime uersati, sed etiam aliarum disciplinarum, quae Græci mathemata nomināt, imperiti: ipsi enī imbutus animus acuitur ac delinatur, utpote geometria, arithmetica, differendi ratione, aedificatoria, & astronomia. Ex his porro nonnulli neq; rhetoris, neq; id, quod maxime praestitū est, grammatici doctrina eruditi, sed adeo dicendi artis ignari sunt: ut neq; ea, quae à me dicantur, intelligentia assequi ualeant, quae profecto ego animaduertens, cum aliquem sermonem feci, ipsis, ut dicta mea repetant, iubeo: tunc enī re uera quae admodum a fini Iyram, ita & isti ea, quae à me dicta sunt, ne utiquā percepisse deprehenduntur: nihilominus tamen in tam audaces, uel temerarios potius euaserunt, ut ab ijs, qui prima elementa didicerint, eo ludibrio habiti, quod quae audierint, recitare nequeant, nihil propterea erubescant, se ipsos tantum ueritatem agnoscere, alios disciplinis instructos tempus frustra perdidisse opinentur. uerum non illis quicquā me profuturū sperans in hunc sermonem diueriti, plures enim ipsorum etiam si uellent, nihil iuuamenti capere possent, neq; ætatem ipsam amplius disciplinis percipiendis idoneam nacli sint. quisquis uero natura prudēs est, & eatenus primis rudimentis operam dedit, ut quae audierit, maxime quidem ore proferre statim, sin id minus, at saltem scriptis mandare ualeat, is sermonem hunc nostrum, modo sit ex toto ueritatis amator, sibi subsidio futurum scito. in hoc enim uis tota consistit, primum quidem aptum ad ueritatem natum esse: deinde optima ac liberali educatione usum fuisse. at qui in ueritate explorandam minime natura feratur, & in flagitiolis inhonestisq; studiis altus fuerit, nequaquam iste aut sponte commotus aut ab alio concitatus ueritatem unquam appetere ualebit. quocirca neque ego unquam id genus hominī opem ferre pollicitus sū. sed, ut modo retuli, ueritatis amico iter illud ostendere pro uiribus conabor, quod in omni uita perquisiui: illudq; solum esse, quod proxime subiiciam, mihi persuasi.

Quo-



Quomodo quis methodum, uerâ ne sit, experiatur.

Existimo nâq, ut dixi, prius illis perceptis, quæ de ostensoria methodo à maioribus nostris tradita sunt, in alijs rebus ante periculum fieri debere, nunquid re uera aliquod quæsitum inueniant: esseq; huiusmodi rerum naturam idoneam, ut suis inuentoribus testimonium perhibeat: ut exempli causa in hoc, datam rectam, aut præceptas partes diuidere: fortassis penitus rudes, quidnam dicat, non intelligunt, ego uero perinde atq; si omnes ip si adessent, clarius dicere incipiam. Rectam datâ sermo noster intelligit, lineam aliquam rectam in superficie exacte læui propositâ, præceptas autem partes pro sumētis arbitrio, si quis propositam rectam in quinq; æquales partes, aut septem, aut uiginti, aut centum diuidi iubeat. nam si tu per te methodum unam nactus, aut ab alio edoctus atq; usus, in quot uelis partes propositam rectam partieris, res ipsa tibi testis erit, omnesq; particulae ita diuidentibus exquisitè cernentur æquales. atque id genus omnia problemata exacte reperta per ipsâ euidentiâ confirmantur: ut, cum dato qua drangulo circulum, aut pariter & dato circulo quadrangulum circum intus ue ponere iubemur: item cum dato quinquangulo æquilatè et equi angulo circulum ut exterius circumponamus, quis præcipit: si quis etenim singula hæc ea, quam didicit, methodo circumscripserit, res ipsa quæ situm iam exploratū esse testabitur: At non itidem, genitusne an ingentus sit mundus, res ipsa testa bitur, quemadmodum neq; finitūne sit an infi nitum uniuersum, aut quantus sit maris fluctuum numerus: nullum enim huiusmodi quæsitōrū ex ipsâ re, quæ inuenta esse uideatur, dijudicari po test, quemadmodū si circulo figuram duodecim laterum æqualium rectorūq; angulorum circum intusq; dare iussus id statim feceris. intus namq; & circumscripta figura euidenter conspicitur: sicut & circulus huic multiangulæ figuræ intus circūq; datus agnoscitur. itaq; cum demonstratoriam me thodum ad quæsitum nos ducētem inuenerimus, testimonium ex ipsamet re haud obsecutus acci piemus: & exinde coniecturas haud paruas ipsius ueritatis habebimus: ut aliquando & in his, quæ id euidenter testari queant, ea uti audeamus. neq; statim in rebus maximis à quoq; periculum faciē dum esse existimo: siquidem ad felicitatem ducen tia maxima sunt: sed in aliqua prius materia exer ceri conuenit, quæ illorum errorem, qui se quæsi tum falsō inuenisse autumant, redarguat, & uere inuentis suo testimonio faueat. Huiusmodi me thodus in geometriâ reperitur, arithmetica, suppu tatoria, astronomia, & architectonica: nomine au tem architectonica horologiorum, clepsydrarū, hydrocopiarum, & machinamentorum omnium descriptiones amplector, inter quæ & pneumatika, hoc est, spirabilia quæ uocantur, existunt. Hæc profecto omnia inuentoribus suis testimoniū per hibent haud secus, q̃ astronomia inuenta, quæ &

A ipsa ex euidentijs dijudicantur, examinantur, & testimonio confirmantur. Solis namq; & Lunæ de fectus, & quæcūq; circa fixas errantesq; stellas conspiciuntur, inter ea, quæ manifesto apparent, reponuntur. Manifestum præterea est sermones nostros omnium illorum animos percellere, quibus iam prouecta ætate non multum temporis su perest, ut in rebus illis demonstratoriam methodū exercent, quæ ipsius ueritatem perspicue testari ualeant. aut enim ut proxime dicebam, proprio amore decepti: aut umbratili quadam sapientia, aut honoris inanisque gloriæ cupiditate, aut arroganti iactantia, aut auaritia perciti, nonnulli sibi ipsis, nonnulli uerò alijs se aliquid firmi scire persua dent. quocirca nihil mirum fuerit in proprio unū quenq; auditorio suis hæc discipulis probare: quo rum aliqui asinino ingenio sunt, aliqui uero acuti, sed in primis disciplinis nequaquam exercitati: nam id genus uentosis atq; ineruditis præceptoribus expedit, arbitror, tales habere discipulos. qui cūq; enim natura prudens, & in disciplinis antea uersatus fuerit, ipsos illico floccifecerit, sicuti & ego adhuc adolescentiæ annos non egressus mul tos doctores contempsit, qui nonnulla demonstra tis scientifice in geometriâ repugnantia ostendere audebant, neq; demonstrationis simulacrū quod esset, unquam cognouerant. si quis igitur ueritatē exploraturus prius arrogantem iactantiam, nīmū sui amorem, honorum & gloriæ immoderatā libidinem, falsam persuasionem sapientiæ, atque auaritiā ex animo suo extirpauerit, iste planè ad ipsam peruenit non mensibus modo, sed annis multis postea, cum ante sese exercuerit, atq; placita ad beatitudinem, & ad calamitates ducere ualentia indagauerit: illis uero, quas dixi, perturba tionibus furem ac debacchantem ad tam longum iter pigrum atq; impeditum uideo: at illos nempe odio prosequor, qui insidiatorem calumni atoremq; efficiunt. huiusmodi enim uitij suos ip sorum discipulos præoccupare ac inficere solent, neq; id genus sermōibus, quales nos hactenus fecimus, aures unquam præbere æquo animo pos sint. sanè oppido facile est præceptorem graui ac seuera facie dicentem imperitis adolescentibus per suadere expeditissimum esse ad sapientiā iter, idq; à cynicis uocatis philosophis affirmari testantem: siquidem & isti placita sua breuem esse ad uirtutē uiam contendunt: at ipsorum nonnulli sententiā hanc damnantes non ad uirtutem, sed per uirtutē ad beatam uitam cynicam philosophiam iter esse confirmant, cæterum nonnulli uerius ipsam decla rantes imperitam istorum hominum temeritatem ad inanem iactantiā breuem esse uiam testantur. Itaq; ut cynici omnes, quos uitæ nostræ tempore conspeximus, ita & eorum quidam, qui se philo sophos profitentur, euitare se in rationali contem platione exercitationem non eunt inficias: dein de, cum à nobis discesserint, cum uulgaribus ho minibus, caprarū uidelicet bouumq; pastoribus, fessorib; atq; messoribus cōgredi indignū putāt, quod

quod scilicet ea, quæ à se dicantur, isti, utpote in ratione differendi nūquam uersati, minime assequantur: idque nimirum insolenter faciunt, perinde atque si ipsi unquam in primis se disciplinis exercuissent ac non repente de uitæ fine, de bona atque aduersa fortuna à præceptore demonstratorios, ut ipse credebat, sermones audiuissent, ipsisque eo, quod non essent exercitati, fidem adhibuissent: quæ planè ijs, ut dixi, ob falsarum uerarumque rationum similitudinem causæ falsorum decretorum extiterunt. Similitudines autem exacte illi dignoscunt, qui singulas integras materias diligentissime tractauerunt. at qui repente materiam aliquam non exercitata ratione aggreditur, nullo pacto falsas à ueris argumentationibus distinguere separareque ualebit. huiusce rei manifesto indicio sunt uocata sophismata, quæ rationes quædam falsæ sūt ad uerarum imaginē dolose constructæ. harum mendaciarum ex conclusionē, quæ uera non est, aperte deprehenditur. quoniā uero falsæ rationes aut sumptu aliquid falsū aut conclusionē haud recte illarū habeant necesse est, & hæc in sophismatibus haud ita facile cōspiciuntur, ab illis, qui in differendo se non exercuerunt, uix utique deprehendi poterunt. Igitur cum rationem mendacem esse concedamus, quod omnibus conclusionis mēdaciū euidenter pateat, nihilominus in exercitatos nodi solutio præterit. quocirca tutius isti cautiusque egerint, si rationes omnes suspectas habuerint, nullisque prius assenserint, quam se falsarum uerarumque rationum similitudines exquisitè distinguere posse sibi persuaserint: aliosque sibi quæstiones proponere patiantur, uolentibus ipsorum eruditionis periculum facere permittentes. num aliud igitur consulunt, quam quod discipulis, ut se in sophismatum dissolutione exerceant, præcipiunt? quæ nihil aliud, ut antea dicebam, prorsus fuerit, quam inter ueram falsamque rationem similitudinis agnitio, necessum itaque sit uerarum prius argumentationum naturam didicisse in ijs nanque uersatis, ipsarumque speciem exacte iuxta celeriterque percipere assuetus, haud ægre, puto, falsas agnouerit. ego nempe id re demonstrat, cum adolescentes in disciplinis uersatos ueras rationes cognoscere edocui, & alicui ex præsentibus, cui libuisset, ut aliquod ipsis sophisma proponeret, iussi. ipsi enim sophismatum absurditatem deprehenderunt, quæ aut in figuræ non syllogisticæ inconcinnitate, aut in sumptionū falsitate posita esset. atque ita istis inanēs sapientiæ nomine præditis, istis inquam senioribus sophismata explicare nequeuntibus euidenter patuit, id ipsis incommodi ex uerarum rationum ignorantione provenire: quod sit, ut summopere dānari mereantur, eo quod ex temerario assensu miseram degerant uitam. falsam enim de uitæ fine opinionē ad miserias calamitatesque ducere omnes testatur: isti uero homines quidam sunt in discernendis ueris falsisque rationibus nunquam exercitati, interdum opinionis alicuius ueritatē intelligere se credentes, & contingentē rationē se dixisse ignorant, ac tan-

quam sensibus, quæ opinantur, euidenter apparent, nos sequi, et absque demonstrationibus credere iubent: interdū uero, cum sola indicatione oratio egeat, demonstratione ipsam cōfirmare nituntur. atque ita sanè quo differat demonstratione egens ab eo, quod primario atque ex se notum est, ignorant, nihilominus tamē de rebus, quibus magna cōtemplatione opus est, temere loqui aggrediuntur. atqui in his erroribus multi, qui iandiu in philosophia cōsensuerunt, inuoluti sunt. quid igitur, prohiuppiter, istorum ne inscitia, umbratilisque sapientia tibi facile curari posse uideatur? an & ille etiam, qui triennium, aut quadriennium præduro timore doloris sensu carente laborauerit, unquam sanabit? nunquam profecto senum istorum animum inscitiae apparentisque sapientiae scirrho triginta iam annos occupatum ad sanitatem redire posse crediderim. at, si uelis, id posse fieri ponito: deinde dierum ne spatio, an mensium, an annorum huiusmodi scirrhū curatio egeat, æstimato. itaque ne amplius admirator, quam ob rem multos istorum, qui se philosophari prædicant, neque alloqui, neque cum ipsis disputare dignum existimo. omnes enim priuatos homines, natura prudētes, eaque disciplina institutos, quæ iam pridem à Græcis probata est, istis meliores præstantioresque cognoui. facile enim quæcūque se euidenter consequuntur, agnoscunt: istos uero altercantes, aut quæ placitis ipsorum aduersentur, percipere dissimulantes plerumque expertus sum. porro cum millies olim cum plerisque philosophorum, quæ quæque propositum finē uitæ consequatur, disputauerim, alij quidem omnes, quod primis rudimentis optime instituti sint, acutum ingenium habent, ipsique uiuendi modum concordem suis placitis dicebant, sermonemque nostrum recte intelligebant: at illi in quadam inanī sapientiæ opinione (ut supra posui) ad senectam usque uersati soli cōtraria sentiebant: deinde cum ab omnibus præsentibus deriderentur, ad conuicia iurgiaque se conuertebant. Verum quæ à nobis sapius unā cum multis uiris de quoque pro singulis finibus uitæ genere explicata sunt, in alijs habes commentarijs tradita: multaque errorum, quos isti committunt, exempla in illis scripta sunt. nam quæcumque isti diuersis sectis addicti uitam corrumpentes inter se contraria faciunt ac dicunt, ex falso iudicio proueniunt, peccataque sunt, quæ in qualibet secta committuntur: siquidem ueridica atque optima secta non finem solum, uerum etiam genus uitæ fini illi consentaneum adinuenit. Quamobrem quid inter peccatum perturbationemque interfit, hinc apertissime discere liceat. Aliquis, exempli causa, placitum hoc instituerit, homines iuuare, hominibus egentibus re uera opem ferre cupiens: cæterum iste aut somno, aut foecordia, aut uoluptatibus, aut aliquo id genus alio impeditus subuenire afflictis neglexerit, ex quadam perturbatione errauit. Alius uero quispiam sibi ipsi ratum uoluptates curarumque uacuitatem comparare statuens, ac propterea ciuibz suis, aut domesticis

domesticis iniurijs affectis auxilium denegans, ex praua opinione profecto, non ex aliqua perturbatione peccauerit.

Quod de cuiusq; uitæ fine opinio falsa peccatorum causa sit.

Multorum sanè peccatorum falsa de cuiusq; uitæ fine opinio fons & origo est, ex ea enim tanquā ab radice quadam singula peccata exoriuntur: potest tamen aliquis de uitæ fine recte sentiens in aliquo particulari consecutionem haud intelligens aberrare; ceterum tibi, (ut proxime dicebam) actiones uitæ singulis finibus congruentes in alijs cōmentarijs latius enumeravi: in præsentia peccatorum sola capita perstringam, quæ & repetere satis esse duco, ut propositorum compenditū quoddam facile memoriæ mandandum conficiā. quandoquidem enim in finis contemplatione felicitatis humanæ principatus ponitur, haud ab re in ipsum inuestigandum omnes incubuerunt; de quo qui se ipsos magni faciunt, prompte sententiam suam tulerunt; prompte autem sententiam tulerunt, aut omnes, aut uno tantum excepto; quem ipsum neque in confesso est id fecisse, antequam de demonstrationibus iudicauerit, essent ne re uera demonstrationes, an illi ita esse uiderentur. hominem igitur propria peccata obseruantem atq; animaduertentem illud ipsum in primis cogitare oportet, iustum esse omnino eos curiose diligenterq; audientem, qui sese quæsitā ostensione probauisse arbitrantur, postea ipsa diiudicare conari; atq; iterum hoc loco cum ab ipsis acceperit; quem in orationibus iudicem ueritatis statuunt, deinde iterum hæc ipsa secum, ut sese habere oporteat, reputans, consideransq; nunquid ipsi rursus iudicandi instrumentum altero egens instrumento intelligant, deinde post illud rursus alio, idque ne in infinitum protrahatur, suspicans multum ocium nactus longo temporis spatio unā cum uiris, qui ipsi maxime ueridici uideantur: ita primum omnium iudicandi instrumentum contempletur: quod scilicet altero instrumento non egens inuenire opus est, inuentumq; omnibus hominibus ostendere: id uero & absq; diiudicatione conceditur, eandēq; quā omnis demonstratio, uim præferre potest; atque ita, quod superest, in ipsum respicientē omnia ad id particularia redigere cōuenit, quod sanè resolutionē nonnulli philosophi uocauerūt: ueluti ascensum quendam ab his, quæ media sunt, ad primariū iudicationis instrumentum. utpote aut in re ualde difficili, quemadmodū opere plerunq; didicisti in istis uano sapientiæ nomine præditis, petulantibus, ac propterea ludibrio habitis, q; neq; uulgaria quæ sita ad primum illud instrumentū iudicandi redigere ualeant, sibi ipsi eum cōstare oportet, qui scientiæ capax esse uelit, atque in multis singularibus, quæ ipsam inuentā esse testari possint, ut antea dictum fuit, sese exerceat. huiusmodi sunt aut ea, quæ in arithmetica linearumq; scientia habentur, quibus ueluti gradibus astronomia & architectura nituntur, age enim ut declarandi causa ex architectu

Ara exemplū aliquod promā, urbe cōdita ipsam habitaturis propositum sit non per coniecturas, sed exacte quotidie scire uelle quantum dici temporis iam elapsum sit, quantumq; usq; ad solis occasum supersit. id problema sanè in resolutoria methodo ad princeps illud iudicatorium redigi opus est, si quis ipsum, quo dixi, modo in gnomonica tractatione inuenire debeat, rursusq; ex illo per eandem uiam, sed contrario modo proficiscendo componi; quemadmodū & hoc in eadem tractatione didicimus. porro in hunc modum cōmuni generaliq; uia comperta, nobisq; cognoscētib; ex huiusmodi lineis temporis partium dimensionem fieri necellum esse, ad corpora deinde transire cōuenit linearum descriptionem uocatumq; gnomonem sitisceptura, ac primum uestigare, quæ corporum figuræ ad inuentā descriptionem idoneæ sint, deinde in illis singulis, qualis nam hæc descriptio fieri possit, ex resolutione compositioneq; inuenire. ac posteaquam rationalis methodus euidentem nobis propositorum inuentionis confirmationē præstiterit, mox ad ea exequenda, quæ per ipsam inuenta sunt, accedentes, iterum considerabimus, quo modo depingendi corporis superficiem planam æquabilemq; reddemus, hoc deinde per resolutionem et compositionem ad inuento aliquod huiusmodi corpus fabricati per instrumenta ipsam lineis designare tentabimus: iterumq; ex resolutione ac compositione eo comperto, eiusdem speciei corpora, qualia nos methodus edocuit, construere enitemur. cumq; postea in multis deinceps figuris delineatio facta, hominibusq; ut re experitur, diuulgata fuerit: iam id, quod à principio propositum fuerat, exploratum est. quando em̄ prima linea primum solis radium excipit, itidemq; postremum ultima, atq; hoc in omnibus solaribus horologijs depictis apparet, iam profecto unum quoddam euidentis indicium, quod res proposita inuenta sit habebimus: item alterū, cum omnia delineata corpora inter se concordant, necnon & tertium, cum æqualis aquæ fluxus ipsis respondet. hoc etenim depictorum horologiorum ueritatis iudicatorium futurum ratio adinuenit: quod dico aut huiusmodi est. uasculū ex quauis materia conflatum perforato, primumq; solis radium intuitus aquæ mundæ imposito, deinde tibi cum pictū horologium primā horam præterisse nunciauerit, tu quantā uasculi portio aqua impleta fuerit, adnotato, ea q; effusa iterū uasculum eidē aquæ imposito: & cū secundā horam solare horologium significauerit, uasculum aspicio: postea cum aquam in ipso ad eandem partem peruenisse, ad quam & prima hora peruenit, inueneris, adnotato celeriter, & exhaustum uasculum iterum in eandem aquam immittito, ac rursus obseruato, num, quoad tertā horam horologium indicauerit, ad eundem uasculi locū aqua perueniat, ad quem prima aut secunda hora peruenerat: quod ita factum esse inueniens, exhausto uasculum, & iterum ad quartam usq; horam in aquam demittito, itemq; ad eandem uasuli partē

aquam

aquam ascendisse conspicatus, ipsam statim effundito, denotat; in eam demisso uasculo quintam similiter horam explorato, cumq; & in hac ad eundem locum aquam peruenisse comperias, deinde in sexta & reliquis deinceps usq; ad duodecimam si prorsum ita fieri cognoueris, recte depictum esse horologium tibi persuaseris, quandoquidem propositum demonstrauit: propositum erat autem, in duodecim æquas portiones totius diei tempus esse distributum. porro numerum hunc tanquam omnium utilissimum elegerunt, dimidium enim continet, & duplum, & quartum, & sextum, & duodecimum, quæ nullus alius post ipsum numerus usq; ad uiginti quartum continere uidetur. Hæc sane tanquam exiguum repudiarent, & duodenarium numerum ueluti commodatum iudicantes in tot particulas totius diei tempus diuiserunt. Hæc autem partitionem ex usu esse alij multi & Romani ipsi experientia comprobantes atq; utentes ostendunt: siquidem hereditatem omnem, cum testamentum cōdunt, in duodecim portiones distribuunt; & ponderum ac mensurarum, quibus in uitæ opus est, plurimas in duodecim partes diuidunt, tu uero si iubeas, tibi per methodum horologium depinxero, ac deinde, siue in duodecim partes, siue in alium quempiam sequentem numerum integrum diem parti uolueris: in illo profecto id, quod proposueras, itidem factum esse comperies, quando & perforatorum uasculorum mensuræ respōdeat, & omnino inter se depicta horologia cōsentiant, eo quod ultimæ in ipsis lineæ diei fines cōcludant ad hunc sanemodum & uasculi, quod græci clepsydram uocant, fabricam ratio methodo resolutoria uestigans inuenit, cuius iterum experimentum uel plebeijs hominibus euidentem est: summa enim eius lineæ duodecimam horam significans excellissimum locum habet, quæ parte clepsydræ longissimum diem dimetitur: breuissimum uero, ubi lineæ breuissima est: inter utranq; media est, æquinoctium quæ declarat: ac deinceps quartam pertransiens perinde omnes anni dies metietur: quod in medio interest usq; ad æquinoctialia foramina in clepsydræ labris tibi prædictos quatuor dies significabit: à quibus foraminibus post id, quod longissimum diem significat, inuenire scilicet incipiam, usq; ad quam partem altioris in clepsydræ lineæ hora duodecima transacta aqua perueniat, post illa uero item tertia à duodecima conuersione unam illam in clepsydræ lineam, quæ cellissimam esse dixi, dimetientem reperies: quin etiam & alias lineas, quæ cunctas excellissimas inferiores sunt, alias horas metientes inuenies, quartam quidem à duodecima: omnibus autem anni diebus undecimam horam significant secundum eius differentes partes, ut de suprema ante dictum est: ac deinceps quintam, aut sextam horam secundum diuersas partes significantem, atq; item sequentem septimam, octauam, aut nonam, ac reliquas usque ad imam lineam horam primam inuenire in solatibus horologijs clepsydræ iam aquæ plena tibi patefiet: quemadmodum & quarta & reliquæ usq; ad duodecimam inter se quidem æquales singulis quibuscq; diebus apparent, ad alias autem aut præteritas aut futuras relatæ inæquales: deinde methodum hanc inueniens non cupiisti, heus tu, quid sit cognoscere? non ne tuam inanem scientiæ persualionem percepisti? qui proposita hæc cum nescias, nō per anni spaciū, aut, rectius ut dixerim, non in omni uita inuenire ualeas: neq; enim hæc unius hominis uita adinuenit, sed paulatim linearum scientia prouecta est: primo quidem elementaribus ipsa præceptis ab aliquo uestigatis: postea cum hæc inuenta sunt, posteris hominibus deinceps contemplationem illam summopere admirabilem, quam resolutoria nominari dixi, proponentibus, selegit in ipsa & alios, qui uoluerint, quam diutissime exercentibus: neq; tamen aliquod huiusmodi manuarium opus, qualia hæcenus de solaribus horologijs atq; clepsydris declarauimus, architectari potuerunt. At neq; temerarij erant, neque arrogantes, qui huiusmodi res indagabant, quales isti, qui sapientiam se querere, aut inuenisse gloriantur: illi autem uerissimo sese honore decorantes, facultatem, quam in anima optimā habebant, exercere, & ad finem perducere cupiebant, rationabilem scilicet dico, quæ exercitata, & bonum habitum sibi congruentem adepta longe maiores uoluptates, quam illi, qui corporis uoluptatibus perfruuntur, accipiunt. nulla etenim alia quædam facultate ab hircis, uermibus, porcis, pecudibus, atq; afinis distamus: neq; ulla alia contemplatio ingenui uiri animum uehementius, quam hæc resolutoria facultas, oblectat, cum præsertim in ipsa quispiā magnos progressus fecerit: inter initia uero, quemadmodum & aliæ ferè omnes disciplinæ, laboriosa est, quod si nihil etiā delectationis abferret, cum tamen in rebus maximis nobis usui futura sit, in ipsa exerceri optimū fuerit: cum illud præcipuum (ut modo diximus) habeat, ut quantā uoluptatem afferat, res per ipsam inuenta declarant: quod in his, quæ à philosophia indagata sunt, neuti quā repertum est. quocirca eos, qui in ipsa petulantius garriunt, pudeat: neq; enim, ut qui horologium clepsydræ uel haud recte designauerit, à re ipsa euidenter coarguitur, sic & philosophiæ præcepta euidenti examine refutantur: uerum, ut quis uoluerit, ei dicere licet, cum semel impudens absq; rationali methodo ab ipsis rebus sese edoceri affirmat. quod si eos solos res uocem adeptæ allocutæ forent, haud ab re sese iactarent ac gloriarentur: at cum res fileant, neq; nos, neq; illos alloquitur, iam satis patet, solam, quæ in nobis est, rationabilem facultatem rerum naturam exploratum ire. res igitur inuenire potens id prius in rebus euidenter hoc testantibus demonstrato, & methodū nobis dicito, cui omne problema resolutorie subijciatur, ac uerarum fallarumq; rationū similitudines depromens ostendito rationi, cuius uitium deprehendere liceat, in rebus obscuris non esse fidē habendam, omnia hæc homines recte dicta esse cōsentiant, præter

præter istos temerarios & falsa doctrinæ persuasio  
ne inflatos, quibus ad ueritatem uia neq; longa ad-  
modum est, neq; eiusmodi, qualem Hesiodus ad  
uirtutē esse cecinit, sed breuis ac plana, aut potius  
nulla est. nempe si res ipsæ naturā suam omnes ho-  
mines edocent, non decet in rationalibus metho-  
dis sese exercentes, frustra operam et oleum perde-  
re. nōne igitur o maxime cunctos sapiētia excel-  
lere uobis persuadētes, hoc saltem nobis alijs, qui  
nondum sapientiam uestram assecuti sumus, ma-  
nifeste cōcesseritis, omnes homines oportere om-  
nium rerum ueritatē cognoscere, quandoquidem  
ipsarum natura seipsam patefacere abunde ualeat.  
tergiuersantur iterum, cum ita fuerint interrogati,  
non omnesq; alunt, à rebus edoceri. quinam igi-  
tur sunt isti, quos res ipsæ edoceant, nobis iterum  
percontātib; se ipsos solos aiūt. quid enim aliud  
respondere queant, iactantiā, scilicet quam ab ini-  
tio professi sunt, tueri constituentes? At profecto  
nos istis de se quicquid uelint pronuntiātibus ne-  
quaquā credimus: cur enim prohi dii immortales  
solis his res ipsæ naturam propriā declarauerint?  
num idcirco quia nihil ex primis disciplinis perce-  
perunt? Sed hoc merum mendaciū est: alij etenim  
pleriq; ne illas quidem ulla ex parte delibant. q;  
\* si rationabilem animē uim in disciplinis exercui-  
sent, effectus id eos posse facere testaretur. atqui  
nondū eiusmodi contemplationem attigerunt. di-  
cent autē forsā, solos se perspicaces à natura crea-  
tos, atque res acutissime cernere, quemadmodum  
Lyncæus subterranea intuebatur. quid igitur, si a-  
deo acri admirabiliq; ingenio sunt, in id genus  
propositis excutiendis, quorū inuentio ueridicos  
esse inuentores manifestat, planē ridiculi conspi-  
ciuntur: nullū enim eorum isti unquā inuenire po-  
tuerunt: quin & eorū inuentoribus declarantibus  
ac edocentibus alijs sanē discunt, isti uero soli & in  
\* exercitati, & ingenio tardi percipere nequeunt: de  
inde me amici prouocāt, ut an aliquis ex ipsis for-  
te me intelligere possit, experiar, sed nullus ipso-  
rum, quod dixi, recitare ualeat. Quenam itaq; cæci-  
tas in proprijs dignoscendis uitijs hac istorū igno-  
ratione maior est? quod uulgaribus hominibus se  
se rudiores cum uideant ad ea percipiendā memo-  
riāq; mandanda, quæ ab arithmetica, geometria,  
architectonica, astronomiaq; reperta sunt, postea  
philosophiæ abstrusissimos locos adeo facile ex-  
ploratos sese habere censēat, ut res ipsas sese osten-  
dere absque demonstratione, rationaliq; methodo  
contendere audeant, porro q; sponte inter se adu-  
lentur, neq; ueritatē inueniendā operam nauent,  
ex eo scire licet, q; de re aliqua singuli inter suos  
tātum discipulos disserunt, omnesq; alios tāquam  
aberrantes calumniantur atq; uituperant: ego ue-  
ro si in unum eos locum cogere uelim, id non fe-  
runt, sed statim uerecundiā prætexunt, neq; se co-  
ram hominū multitudine sermonem habere pos-  
se confirmant: nihilominus ipsorum alius uiginti  
auditores habet, alius triginta, & nonnunquā plu-  
res, neq; inter illos dicere erubescūt. uerum ego si

Calen.

tres aut quatuor eorum sermonibus interesse uo-  
luerim, exēpli causa platonicos quatuor, tres aut  
quatuor epicureos, totidem numero alios stoicos  
et peripateticos, ad hos tres academicos, aut uoca-  
tos scepticos, hoc est, consideratiuos, ut omnes ex  
philosophia uiri uicenariū numerū expleant, præ-  
terea ultra enumeratos si totidem adsint, qui ratio-  
nalem potentiā in mathematicis exercuerint, sed  
philosophicos sermones ignorēt: tunc nullus isto-  
rum eiusmodi uirorum conspectū sustineat. quod  
si nōnunquam ab hominibus nulli sectæ addictis,  
in dicendo autem exercitatis coacti eiusmodi ho-  
minum coetibus interesse nō recusent, dum isti in-  
ter illos altercant, suasq; rationes conglomerant,  
multoties aliquis geometra superuenit, accesserūt  
& medicorum nōnulli, & alij quidam dicendi stu-  
diosi, & mathematicis disciplinis instructi, eas qui-  
dem, ut quæstum facerent, exercentes, & nulli in  
philosophia sectæ inservientes, atq; tunc, ut mihi  
moris erat, ab ijs petij, ut istorum philosophorum  
rationes diiudicārēt: tum eorum quidam optime  
controuersiam sedari posse, inquit, si in id, quod  
mundum cōtinere isti aiunt, uacuum profectū, ex-  
periantur nunquid in eo positū corpus una in se-  
de manere, an & ad aliū quoq; locum transferri  
aptum sit. alijs quidem omnibus hæc dicta placue-  
re, soli ipsi inter se, nobiscumq; rixari non destite-  
runt, probabiles rationes à necessarijs distinguere  
nequeunt, potest eū corpus in uacuo uno loco  
manere, potest & nō manere, neutra secta necessa-  
riam ostensionē habente. Sed iam mihi tēpus ad-  
uenisse uidetur, ut & ego aliquid in medium affe-  
ram, parū sanē sperans ab istis suam inanem scien-  
tiæ persuasione relictiū iri: neque tamen id ipsi  
exiguū esse duxi, ipsam uidelicet nō intentatam  
relinquere. id igitur ab omnibus conceditur, om-  
nem demonstrationem ab euidentissimis inchoa-  
ri: sed illico primus ab ipsis ad ignota transitus ab  
academicis & consideratiuis appellatis philoso-  
phis non conceditur: inter nos uero id conuenit,  
(quod illorum ambiguitatē auget,) diuersum ab  
euidētibus id esse, quod inuenimus. cum enim ex  
euidētibus aliqua intelligentiā, aliqua sensui eui-  
dentia sint: inter se nonnunq; hæc pugnare uident-  
ur, atque in primis hoc ipsum homine exercitato  
eget, hæc neutiquā inter se dissidere ostensuro. se-  
cundum ab hoc maximum est, quæ euidenter clā-  
ra sunt, huiusmodi esse cognoscere: quidam enim  
temere, nondū clare apparētibus perinde, ac talia  
sint, assentientes fallunt. sed quid mireris inquis,  
id in rebus intellectui claris temerarijs hominibus  
accidere, id ipsum cernens & in singulorum sen-  
suum actionibus quosdam cōmittere, cum ex lon-  
giore scilicet intervallo, q; uidendi requirat potē-  
tia, aliquem accedentē intuiti, exempli causa Dio-  
nem esse qui accedat, tanquā exacte conspiciat af-  
firmant, atqui iste propius accedēs interdum non  
Dion, sed Theon esse uisus est, itaque si procul &  
prope uisorū imago non differret, minime de his,  
quæ procul aspiciunt, inter se dissidentes, neq; re-

Tom. 2

i dargueren

darguerent tunc, neq; redargueretur: in alia uero est prope uisorum, alia non prope uisorum actio, ut illis, qui propius intuent, notum est, haud iniuria non nunquam decipiunt, hoc igitur ante omnia memorie mādato, anteq; & tu interdū nimis inconsiderate ad intellectui manifesta pertrāseas; ne aliquod uisibile procul accedēs equū esse uerbi causa dixeris, qđ propius cū fuerit, Theodorus esse cognoscat: aut potius te in omni uita ab huiusmodi tam facili assensu abstineto, quem pro cidentiam & temeritatem nominant, mihi sane id tantum de me tibi dicere liceat, nullus me unquam ita deceptum esse ostendere poterit, ab adolescentia namq; temporibus ita me semper assuefecit, ut tam in his, quæ sensui, qđ in his, quæ rationi manifesta uidentur, ab in consulto & præcipiti assensu cauere: ad quæ transiens iam tibi iterum in memoriā reuocare hortariq; decreui, ut nulli falso fidem habeas, ut quotidie permultos amicorū alicui quauis loquenti assentiri uideo: qđ si duo, tres, aut quatuor idem dixerint, non renituntur: sed cum uni assensu planè fuerint, idem tribus aut quatuor dicētib; temere assentiuntur; neq; illud perpendunt, utrum istos omnes ex una cōmuni causa uerum dicere, aut cōtrā ex una cōmuni causa mendiri liceat. satius igitur fuerit hic cunctari, quemadmodū et ego facere soleo, & si qđ maxime derisorem me & incredulum amici mei temere assentientes nominant. igitur nonnulli sunt, qui cum aliquem peregre aduenisse de quopiam audiuerint, statim mihi uenisse hominem renunciant: sed paulo post mendaciū conuicti & a mere reprehensi, tantum abest ut in posterū sese cautiōres præstent, ut etiā ægre ferentes mihi irascantur, dicantq; se non esse mendaciū autores, sed cuiusdam illud dicenti credidisse, eiusq; peccatum esse non suum, propriam in assentiendo inconsultā temeritatem considerare nolentes: nempe si, ut ego dicere consueui, hominē hunc mihi hac de re hoc dixisse: hunc in modum & ipsi auditis sermones æstimarent, haud profecto deciperentur. nunc uero dum mendacium referenti credēs falluntur, non illum modo, uerum etiam me ipsos mendaces esse demonstrant: cum amicū peregre aduenisse in patriam rediisse non ex renunciantibus, sed de ipsomet audire liceret. quandoquidē igitur huiusmodi rebus ipsorum haud multo post mendacium declaranti

\* est: facilius quidem fuerit unius rei semper meminisse, qđ in eius exacta cognitione persistere: difficillimum autem tēcirco fuerit, quoniā id ipsum facere pleriq; recusant. mihi uero huiusce præcipitis audaciæ causam querenti omnia hæc ipsi agere, ut reliquos ingenio præcellere cēferent, uisi sunt: celeriter enim quoduis aut sensu aut intelligentia cōsequi laudabile est: quod solum isti homines inuolentes sese uicino apprehensionis celeritate meliores probaturos esse cōfidunt, cum tamen ignorantia potius celeritatem ostendat. hæc itaq; a me

generatim aduersus omnes temere aliquid proutiniantes inuenta dicere uolui. Cæterū ad istos rursum philosophos reuertamur, qui inconsiderate de corporibus in uacuo statibus, aut descendantibus fermocinant. Architectus namq; ita non affirmasset prius, qđ in ipsum mundi uacuum egressus rem experientia comprobasset, atq; unumquodq; in uacuo positum corpus aut eundem locum obtinere, aut in alium transmutari apertissime conspexisset; eiusmodi namq; ad ostensiones cōstituendas principijs euidentibus, ac sine controversia ab omnibus concessis ipsos uti cognouimus: at uos philosophantes quorum nullam certam notitiam habetis, ea qđ clarissime dignosci posse contenditis. Proxime duos altercantes philosophos audiui, alteri enim eorum aqua lignis grauior esse uidebatur, contra alter ligna grauiora esse defendebat, uterq; autem susq; deq; longas rationes conuoluens assebat. caput præcipuūq; alterius philosophi argumentum erat, constrictam densamq; substantiam grauiorem esse, quocirca ligna qđ aqua, grauiora essent, alterius ratio potissima fuit, aquæ minus uacui qđ lignis inesse, ideo ipsam quoq; grauiorē esse debere. hæc uero dicebāt prolixis sermonibus non demonstratiuis sententiam suam roborantes, tantum ipsi rem sensu diiudicare (quemadmodum & nos facere nouisti) non liceret, sed ipsum philosophi adhuc dicere uolentem interrogauerunt, quis nam esset modus, per quem euidenter apprehendi posset, utrum ipsorum grauius esset, neque enim in lancibus id fieri posse dicebant, quemadmodum neque ex uase pleno. etenim expendere lignum possumus, non tamen uas aliquod ipso reple: quod rursum aqua implere ualemus, hæc igitur istis (ut soliti sunt) garriētibus ridens architectus inquit, nimirū uos omnes opinione sapientia imbuti eiusmodi semper estis, quæ extra mundum sunt, de quibus cōiectura notitiā accipere solum contigit, scientifice autem comprehendere nequeunt, cognoscere uobis persuadentes: hæc aut, quæ ad manum sunt, uel imperitis hominibus interdum patentia penitus ignorantes, quemadmodum & id ipsum in præsentia propositū aquæ scilicet ac ligni pondus exquirere. omnibus igit, qui ibi aderant, architectum rogātibus, ut quo pacto ligni & aquæ grauitas inter se comparari diiudicariq; posset, edoceret, ipse quidē breui & aperte, ut omnes præter solos philosophos intelligerent, explanauit: ab illis uero bis & ter eundem sermonem repetere coactus est, uixq; tandē sic rem apprehendere potuerūt. quocirca iure, inquit architectus, permulti nihil istis præter inanē sciētiæ suasionem inesse prædicant: stulti nāq; & ingenio hebetes in rebus omnibus obscuris & reconditis conuincunt: isti uano sapientia nomine præditi in notis & apertissimis herent atq; allucinant. tūc ego hæc eius sermoni subiiciēs haud iniuria id ipsis accidere, dixi, quādoquidē, ut à per se notis ad ignota transeundū sit, nunq; discere laborarunt, neque in illis sese rebus exercere, quæ recte inuenientium

nientium ueritatē comprobare, nō inuenientium A  
autem errorem coarguere queant, ceterum, ut ri-  
deatis, inquit, istorumq; fastus quantus sit, cogno-  
scatis, unum aut duo ex ijs, quæ huiusmodi homi-  
nes supercilia contrahentes inconsiderate profe-  
runt, recitare decreui, primumq; illud præcipue di-  
xero. posteaquā peripateticus quidā philosophus  
accessit unicum esse mundum asserens, eumq; ple-  
num, extra quem nullum esset uacuum, quemad-  
modum neq; intus duplici differētia, dixi, ab hoc  
philosopho uterq; istorū discrepat, ostendi autem  
stoicum philosophū, & epicureum: stoicus enim  
in mundo quidem nihil uacui, sed extra mundum  
uacuum esse locum asserbat: ambo hæc epicureus  
concedens in alio quodam ab ipso dissentiebat. ne  
que enim unum esse mundum, quemadmodū stoī-  
cus in hoc sanē peripateticis assentiens, opinatur:  
sed quemadmodū uacuum magnitudine infinitū,  
ita et mōdos in ipso multitudine infinitos esse con-  
tendit. Ego uero, quæ isti tres suis somnijs patroci-  
nari uolentes dicerent, audiui, ipsosq; nulla ratio-  
ne ostensoria, sed probabili & coniectrice muniri  
exactissime cognoui: interdū uero neq; sese quod  
\* mentiantur, animaduertere: cum eos singulos, ut

in hoc idem propositum aliquam demonstratio-  
nem asserrent, protulicarem. hoc modo itaq; ea,  
quæ in libris ipsorum scripta esse nouimus, disere-  
bant: omnibus autem præsentibus clarissime nul-  
lus ipsorum rationem necessariam, aut linearū de-  
monstrationi conuilem, sed ex argumentatiū-  
culis, quibus rhetores uti solent, compositā asser-  
re uisus est, sed hætenus de diuitibus sermo habi-  
tus est. Ad nos igitur ipsos, quicumq; diuites noti  
sumus, reuertamur: iterumq; aliquem ex sapienti-  
bus percunctemur: num æquum sit seipsos solos  
ueritatē cognoscentes predicare ab omnibus alijs  
tum imperitis, tum philosophis dānatos. illud nam  
que grauissimū est, (dicebam) singulos uidelicet  
philosophos extra propriū gregem à nullo alio  
laudari. quem igitur alium præter omnes philoso-  
phos iudicem, q̄ ipsa sensibus euidentia expecta-  
bunt: aut ex omnibus rationalib. artibus arithme-  
ticos, ratiocinatores, geometras, astronomos, ar-  
chitectos, iuriconsultos, rhetores, grammaticos,  
musicos: etenim qui se ipsum iudicat atque coro-  
nat, aliorum iudicem si expectet sententiam, om-  
nibus suffragijs cōdemnabitur. Hæc in præsentia  
de uitjs abunde dicta sunt.

## CL. GALENI DE AS- SVETVDINIBVS LIBER

NICOLAO REGIO CALABRO INTERPRETE.

VRATIVARVM in-  
tentionū unam ab assue-  
tudinibus existimantibus  
existere non solum opti-  
mis medicis, sed & omni-  
bus hominibus: quidam  
omnibus bonis amulan-  
tium conantur ei detrahe-  
re, interrogantes nos pro

pter quid nocitis quis secundū primum usum ab  
ouinarū carnium esu, coactus iam secundū unam  
quancūq; diem comedere eas per totum mensem, ni-  
hil amplius nocebatur, uel insuetis minus: deinde  
quodcūq; utiq; dicamus, euercentes sermonem,  
æstimant simul cum hoc & rei essentia interemil-  
se: quemadmodū si quis uniuersis cōtradicens eis  
quæ de modo quo uidemus opinionibus, neq; ui-  
dere nos concedet. Quoniam igitur maxima pars  
ad sanationum inuentionē ea quæ ab assuetudinib.  
bus est, euidenter apparet: & propter hoc quidē  
Hippocrates in aphorismo scripsit quadragesimo  
nono secundę particulæ. Assueti assuetos labores  
ferre, & si fuerint imbecilles aut senes, insuetis &  
fortibus iuuenib. facilius ferunt. Amplius aut per-  
transiit in lib. de diætā acutorum ea quæ ex insue-  
ta nocumēta, & ea quæ ex assuetioni. Erastriatus  
autem eodem modo in secundo de paralyfi de om-  
nib. assuetudinibus, similiter Hippocrati uidetur  
cognoscens: & adhuc cum his ueterū medicorum

non est qui non cōfessam & incōtradictibilem causā  
sam dixisse uideatur. Etenim qui causam suscipi-  
lem uidentur inuenisse secundū materiā, alij unā,  
alij aliam inuenerunt. Quidam enim in cibis solū,  
alij uero in exercitijs uel adintentionibus, in om-  
nibus aut materijs nullus. Quocirca & de frigida-  
tione quam in acutis ægritudinibus facimus, mul-  
toties contra operantur nobis aliqui, prohibentes  
quidē dari febricitibus, iubentes autem nos con-  
tentos esse eis indicationibus, quas à patientibus  
particulis, uel locis, & ea quæ in eis dispositione,  
ætateq; & regione, & hora, adhuc aut ipsius labo-  
rantis crasi, & uirtute assueuimus sumere: ridicu-  
losū esse dicentes, si phlegminante hepate, uen-  
tre, uel aliqua ita præcipuarum particularum con-  
cesserimus, frigidi potatori frigidū asserre potum,  
propter nil aliud q̄ propter assuetudinē. Similiter  
enim hoc esse aituit huic, scilicet cōcedere balnea  
ri frigida ita assuetos et si febricitant: tanquā utiq; no-  
bis omnibus qualitercūq; ægrotantibus assueta  
agere cōcedentibus: sed † non cum omnibus alijs † al. nune  
intentionibus, & eam quæ ab assuetudine assumen-  
tibus. Ari. deniq; Militiūensis uir primatū tenens  
in peripatetica theoria, ægritudine incidens à frigi-  
di potatione iuuari potentem, propter id q̄ nunq;  
huiusmodi attulit potum, prohibuit cōsultantes bi-  
bere, scire aperte aiens, quoniā spasmodicis gustans  
frigidū. Etenim in alio hoc dicebat uidisse, corporis  
habitu in cōplexione simili sibi, & calidi pota-



tionis cōsuetudinem habente. Si uero esset ei con-  
suetudo quemadmodū alijs potationis huiusmo-  
di, maxime quidem neq̃ ipse timeret eius oblatio-  
nem. Hic uero & hæc passus est. Coegerunt enim  
utiq̃ assistentes medici omnino eum. Ille quidē ita  
mortuus est ut didici. Interrogantibus uero me ad-  
uenientibus ei morienti, utrum sicut in alijs usus  
fuit, his quidem per totam ægritudinē, his uero in  
aliquo tempore dare frigidū uerentibus medicis,  
ita utiq̃ ausus fuisset facere et in illo, uel bene con-  
siderauit sui ipsius cōplexionem homo: Respon-  
di eis recte eum considerauisse: ualde enim erat  
gracilis: & os uentris frigidissimū habebat à prin-  
cipio ut singultuaret confestim, si quandoq̃ breui-  
ter infrigidaretur. Sed quemadmodū hic nō utiq̃  
sustineret frigidū potū propter dissuetudinē, et cor-  
poris naturā, & nimirum egritudine indicante: ita  
alijs dedi ualde audēs, si casus certus febris fuerit  
nullo apparente uiscere phlegmināte. Non ualde  
autem audax solū, sed etiam prædicendo proprijs  
laborantis siquidē non biberit, mori omnino ho-  
minem: si autē biberit, plurimas spes habere salutis:  
ita dedi, et cū deo dicendo omnes liberati sunt qui  
ceperunt. Quocirca diuturna experientia appro-  
bato auxilio, ad causę inquisitionē eundem est: re-  
memorantes prius eorum quæ scripserunt Hippo-  
cratē in libro de diætā acutorū: Erasistratus au-  
tem in libro de paralyti. Igitur Hippocratis qui-  
dem series ita habet. At uero bene discibile est us-  
que, neque his coquere cibaria. Deinde infra adij-  
ciens qualiter utiq̃ quis nocumentū horum sanet  
copulās, rursus de transgredientibus assuetudinē  
ita scribit. Adhuc autē magis utiq̃ laborabit hic ta-  
lis usq̃. Si uero quis multo tempore euacuationē  
uaforum passus repente coenauerit, adhuc magis  
utiq̃ grauiabitur. Post hoc rursus Hippocrates  
quemadmodū & ante, correctiones quasdam sien-  
tis nocumenti in eis qui præter consuetudinē eua-  
cuationem uaforū passi sunt scribēs, deinceps rur-  
sus ita ait. Multa uero fraterna his de uētre & alia  
dicet usq̃, neq̃ illud posse repēte alterata. Ab Hip-  
pocrate quidem igitur sufficiunt quæ usq̃ huē feri-  
pta sunt exempla uirtutis assuetudinum: Erasistra-  
tus autē in secundo de paralyti ita qualiter scripsit.  
Oportet autē ualde multā cōsiderationē facere de  
assuetudine & dissuetudine debentē secundū mo-  
dum mederi, usq̃ si debet in non multis eorū quæ  
secundum medicinā claudicare. Hęc quidem glo-  
riofissimi medicorū Erasistr. & Hipp. dixerunt de  
uirtute assuetudinū, non rationi intentionem eo-  
rum attribuentes, sed ex aperte apparentibus do-  
cti. Quemadmodum quippe et alios homines qui  
cunq̃ non sicut sues uel asini uiuunt, sed assequun-  
tur a quibus iuuantur & nocētur, licet audire quo-  
tidie dicentes assuetos esse circa hunc cibū & hūc  
potum, & propter hoc non posse relinquere eos,  
etenim nocentur secundū transitus. Similiter autē  
& de adinentionibus aiunt, puta in balneatione,  
equitatione, uenatione, cursu, lucta, uigilijs, solari-  
bus, stationibus, infrigidationibus, solitudine

bus, & quibuscunq̃ alijs huiusmodi. Contemnen-  
tes igitur & nos eos qui nihil uel ualde parum esti-  
mant ad curationem conferre eam quæ ab assue-  
tudinibus intentionem, scrutemur quæ est causa q̃  
multum potest assuetudo, & siue una quædam est,  
uel secundum singulam materiā alia. Dico autem  
materiā in qua constituta est assuetudo, puta ut  
dixi cibos, uel potus, uel exercitia, uel balnea, uel  
aliquid aliud tale. Et principiū ab eis quæ come-  
duntur & bibuntur faciamus. Cur igitur eorum  
qui bouinarum carnium esu assueuerunt, qui-  
dam quidem non omnino nocentur, quidam au-  
tem minus quā ante, uel propter quid & natura-  
liter mox, ut ipse Erasistratus scripsit, facilius dige-  
runt bouinas carnes saxatilibus piscibus: Sed ho-  
rum causa quidem dicta est secundū eam quæ de  
naturalibus uirtutibus operā. Dicitur autem nūc  
& parum post in sermonis cōmunionē. Nunc au-  
tem ab eis qui propter assuetudinem melius dige-  
runt quencūq̃ cibum, doctrinam faciamus, com-  
munem suppositionem facientes ad hęc omnia &  
ea quæ naturaliter quibusdā sunt propria, & quæ  
non propria. Dictum est quidem deinde amplius  
de omnibus his secundū naturalium uirtutū o-  
peram. Incipiamus autem & nunc sermonem, di-  
gestionis intelligentiam proponentes. Quemad-  
modum enim panes frumentarij dicuntur coque-  
re, non quando molentes & diuidentes in tenues  
particulas cōminderunt frumenta, sed tamē quan-  
do super hæc hoc madescentes aqua, & fermento  
miscentes, deinde cooperientes aliquo fouen-  
tium dimiserint, donec utiq̃, ut ipsi uocāt, fermen-  
tetur, & post hæc per clibanum assent: ita et in eis  
quæ in uentre transglutuntur, non quādo in eum  
transglutita fuerint, digesta esse aiunt, sed quan-  
do, sicut quæ coquuntur frumenta, secundū quali-  
tatem transmutationem habuerint. Quemadmo-  
dum autem in panibus in propriam nobis come-  
dentibus duci oportet qualitatem id quod comē-  
ditur triticū: ita in uentre: adhuc & magis in pro-  
priorem. nomino autem propriorem alteram alte-  
ra, secundum similitudinē futuri ex ea nutriti cor-  
poris. aliud enim alijs corpori nutrimentum pro-  
prium est, & propter hoc animalia ad propria ue-  
niunt nutrimenta indocte à natura ducta: subiuga-  
lia quidem ad herbas, paleam, fœnum, & hordeū,  
leones uero ad carnes, sicut demū & leopardi &  
lupi. Quemadmodū autem in animalibus secun-  
dum genus nō parua differentia propriorum uni-  
cuiq̃ nutrimentorum est: ita & secundū speciem  
in generibus inueniuntur differentie magnæ: his  
quidem neq̃ gustare potentibus uinum, q̃ multū  
autem alijs intrinsece bibentibus: & his quidem,  
ut dictum est, boum & hircorum & arietum car-  
nes cum delectatione quidem comedentibus, di-  
gerentibus autem intrinsece: his uero neque o-  
dorem eorum sustinentibus, neque esum. & si pro-  
pter inopias cibi alius, quemadmodū in fame fit,  
coegerint seipos assumere huiusmodi carnes, ne-  
que digerere potentibus eas sine nocumēto, euer-  
lis ap-

sis appetitibus in oblatione, grauatisq; cōfestim, A  
& si utiq; eructatio eis fiat, neq; hanc intrinsece  
tolerantibus. Quoniam autem hæc ita habere ui-  
dentur, primum quidem illius oportet memorari,  
scilicet asferre homines delectabilius alijs alia se-  
cū dū familiaritatem naturæ, uenireq; ad horum  
esum magis, quemadmodū & bene digestibilem  
esse eis uisorum, auertere autem & fugere ab inde-  
lectabilibus ut à disdigestibilibus. Itaq; & signum  
est tunc assuetudo proprietatis naturalis. Quoniam  
autem & ut causa sit multoties, manifestum est ex  
dispositis quidem indelectabiliter, uel cum no-  
cumento ab aliquibus in principio. Si autem pau-  
latim eam quæ ad ipsa assuetudinem sustineat, ne-  
que indelectabiliter adhuc dispositis, neq; cū no-  
cumento. Causa autē & huiusmodi talis quædam  
est, quemadmodum alteratur secundum qualita-  
tem comestorū & bibitorum singulū, ita & id dis-  
ponit aliquāter id qd alterat. Inest autē & huius-  
modi fumere argumentū ex generatorum humo-  
rum differentia ab unoquoque ciborum. Hī qui  
dem enim melancholicum humorem generant: il-  
li uero phlegmaticū, uel cholera, et xantham no-  
minatam cholera non modicam habentē: quem  
admodum aliqui purum sanguinē. Diuersitatem  
igitur & in eis quæ nutriunt particulis, quandam  
necessarium est fieri adinuicem secundū nutrien-  
tis sanguinis speciem. Euidens autem argumentū  
nutrientium assimilationis ad nutritum plātarum  
est & seminum transmutatio usq; in tantum fiens  
multoties, ut quæ nociuissima in alia terra replan-  
tata, in alia utiq; non innocua solum, sed & profi-  
cua fiat. Multa enim est & horum experientia eis  
qui agriculturalia & de plantis monumenta com-  
posuerunt: quemadmodū demum & ipsis qui de  
animaliū historijs scripserunt, eius quæ secundum  
regiones fit transmutationis. Quoniam igitur non  
solum alteratur quod nutrit ab eo quod nutritur,  
sed id aliquāter alterat breui quadā alteratione:  
necessarium est breuem hanc digna ratione in tem-  
pore fieri, ut inæqualitatē accedat proprietatis na-  
turalis ea quæ à diuturnis assuetudinibus. Igitur in  
eis quidem quæ comeduntur & bibuntur, inuen-  
ta mihi esse uidetur causa uirtutis assuetudinum.  
De ea uero quæ extrorsum nobis occurrentium,  
uideamus deinceps: uidetur enim & ipsa eandem  
secundum genus habere causam prædictis. Altera-  
tionem igitur aliquam operantur secundū cor-  
pus: maxime quidem earum quæ in superficie par-  
ticularum: iam autem & earum quæ in profundo  
post exteriores: impilatur quidem enim, & colligi-  
tur, & stringitur, & densatur cutis, primū quidem  
ab infrigidantibus, deinceps autem & huic proxi-  
ma: & si utiq; in tempore ampliori eandem altera-  
tionem patiatur corpus, & eis quæ in profundo  
communio transmutationis fit. Et secundū prin-  
cipia uel per sensum confestim, uel secundum ac-  
cidents nō primo, quæ ab efficiente causa transmu-  
tatio & alteratio nō minus eis quæ in profundo in-  
cidit. Densata enim cute aceruat secundum cor

Galen,

poris totius profunditatē caliditas. Quemadmo-  
dum autem infrigidans causa prædictas alteratio-  
nes operatur: secundum eandem rationem contra-  
rias earum calefaciens. Etenim & natura habent  
à contrarijs fieri contraria: hæc quidem primo: il-  
la uero secundum accidens effecta à contrarianti-  
bus: quemadmodū demum rursus contraria mul-  
toties ab eisdem causis fiunt. Quo circa & in cale-  
facientibus similiter decipi accidit. Calida deniq;  
causa puta sol, quādo inhæserit alicui corpori diu,  
contrariam dispositionem ei quæ à principio, ope-  
ratur circa illud: in principio quidem enim æstuas  
nos, fundit quidem humores, deprimit autem cū-  
tint, & molliorem operatur carnem. Si uero pluri-  
bus diebus tempore æstatis in eo conuersatus fue-  
rit quis nudus, arida quidem & dura huic fit cu-  
tis, dure uero carnes. Sed in his talibus quidē non  
solum diuturnæ caliditatis est opus, sed copulata  
ei siccitatis. Et plurimū nos in cogitationibus de  
causis decipit hoc, spreta ea quæ superplectit cau-  
sa. Oportet quidem nos considerare alteram qui-  
dem esse humidam caliditatem, alteram uero sic-  
cam: quod non facimus interdum: & propter hoc  
fallimur, proprium actum uniuscuiusq; causarum  
prætermittentes. Si uero quis aduerterit mente,  
sciet custodientem alterutra. Quemadmodum e-  
nim humiditas quidē sine caliditate uel frigidityte  
notabili humectet corpora caliditate calefaciente:  
ita & conueniens alterutrorum alterutra apparet  
efficiens. Igitur quidem secundum dulcē aqua  
rum balnea accidit hæc, secundū uero solis æstua-  
tiones sicca causa superplectitur calefacienti. talis  
enim est æstiuus sol. Itaq; conuenienter quicunq;  
que nudi plurimū in eo conuersantur, quemad-  
modum melleores & nautæ, dura & sicca eorum  
fit cutis, similiter ei quæ solidorum animalium.  
Quemadmodum igitur naturales corporum pro-  
prietates & totius substantiæ, diuersitatesq; cutis  
secundum duritiem & molliem, & densitatem et  
raritatem, diuersis cibis & potibus indigent, non  
similiter autem sibi inuicem omnibus disponen-  
tur calefactæ & infrigidatæ: ita quæ propter assue-  
tudinem fiunt naturalibus proxima, idem illis re-  
tinent iuuamentum & nocumentum ex comesto-  
rum & bibitorum, infrigidantiumq; & calefacien-  
tium alteratione. Rarum quidem enim & molle  
corpus facile patitur calefactum & infrigidatum:  
densum autem & durum tolerat quidem & sper-  
nit extrorsum ei incidentia omnia, nō solum si ca-  
lefaciant uel infrigidant, sed & si durum quid fue-  
rit & asperum. Quo circa & imas cubationes tole-  
rant hæc: e contrario dispositis non tolerantibus  
eas. Etenim facile cōprimuntur, & infrigidantur,  
& omne quodcunq; parate patiuntur. Talis qui-  
dem deniq; est & qui de his sermo. Qui uero de e-  
xercitijs talis. Quæ exercitantur particulæ corpo-  
ris, fortiores simul & solidiores fiunt, & secundū  
hoc possunt ferre proprios motus, alijs melius quæ  
cunque propter inexercitationem molliores sunt  
& imbecilliores. Communis autem hic sermo ex

Tom. 2

i 3 titit &amp;

titit & de animæ exercitijs quibus exercitatur. Primum à grāmaticis infantes entes, deinde à rhetoricis didaicalis, arithmeticijsq; & geometricis, et rationalibus. Entibus enim uirtutibus secundū animæ hegemonicon ad uniuersas artes necessarijs; altera quiddē secundū quam sequens & repugnans cognoscimus, altera autem secundum quam memoramur: sapientiores quidem secundū prius dictam, memoratiuiiores uero secundum secundam sumus: naturam habentibus uniuersis uirtutibus, ab exercitijs augeri & robur accipere, nocere uero ab ocio. Quemadmodum & Plato secundum hanc feriem in Timæo significauit ipsis nominibus dicens ita. Quemadmodum dixi pluries, quoniam tres animæ in nobis species habitāt proprios singulæ motus habentes, ita etiam & nunc ut per breuissima dicendū, quoniam quæ quidem earum in ocio est degens, & suipsius motum in quietem ducēs, imbecillissima necessario fit. Eam uero quæ & exercitijs est robustior, custodiendū quatinus utiq; habeat motus adinuicem commensuratos. Hæc prædicens deinceps ait. Hoc autem deniq; de principalissima eius quæ apud nos animæ specie intelligere oportet hic, ut utiq; eam dæmonem, id est angelicam intelligentiam deus cuique dedit; hanc denique animus habitare quod nostrum in summo corporis, ut ad eam quæ in celo cognitionem à terra nos eleuet, et tanquam entes nos plantam non terrenam, sed coelestem rectissimē dicentes; illinc enim unde est prima animæ generatio, processit diuinum, et caput & radicem nostram extollens erexit uniuersum corpus. Ei quidem igitur qui circa uoluptates, uel circa lites cōuersatur, & his intendenti, fallacia omnia dogmata necesse est & mortalia fieri, & omnifariam, in quātum maxime possibile mortali fieri huic, neque minimum dicere utpote tantum aucto. Ei uero qui circa mentes dilectionis disciplinæ studet, & maxime eorum quæ sui ipsius exercitatur, sapere quidem immortalia & diuina, siquidem ueritati adhæret, necesse omni in quātum contingit participare humanam naturam immortalitatē nullam partem deficere, utpote aut semper famulātē diuino habentem, aut ipsum semper perornatū dæmonem cohabitantē sibi præferentem dæmonem esse. Administratio uero omnis omni una proprios unicuique cibos & motus reddens. In his sermonibus Plato de tribus speciebus animæ docuit nos non solum ad philosophiam utile, sed & ad corporis sanitatem, secutus Hippocratem secundū hoc uniuersaliter quidem dicentem. Vtus potentat, ocium liquefacit; secundū speciem autem de exercitijs, dicendo tex. ult. iij. Epide. Labores cibos præcedant: de eis uero quæ secundum partem omnibus speciebus quando ait. Labores, cibi, potus, uenerea, omnia mensurata. Quocirca & hic oportet attendere mente ad ea quæ dicuntur; habent enim quandam obauditionem, similiter alijs sermonibus omnibus si quis negligenter audiat, quemadmodum quidam; exercitari enim unumquen-

que eorum qui sunt, exposcimus, nō utiq; sine terminis & mensuris cōgruis, amplius intendentem exercitia ut dissoluatur uirtus. Ita autem & cibis & potibus & uigilijs & uenercis in congrua mensura uti, neq; minuentem quidem, neq; addentem, Superexcellentia enim dissoluunt uirtutes; defectus uero in unoquoq; prohibent tantum à perfecta utilitate, quantum ipsi à commensuratione deficiunt. Enunciatū est autem hoc & ab Hippocrate, in uno exemplo ubi ait, aphorismo quadragesi octauo secundæ particulæ. In exercitijs omnibus quando inceperint laborare, mox quiescere il laboriosum. Et aliquantulum sermo iam secundum familiaritatē rerū docuit, quid et de animæ assuetudinibus in memorijs, et cogitationibus, & questionibus rationalibus, quarum & ipse Erasistratus meminit in sermone de assuetudinibus non addiciens causam: & nimirum non solum Hippocrate, sed & Platone dicente eam. Hæc namq; scilicet in familiaribus & commensuratis exercitijs singula uirtutum agente robur eis efficit. Hæc quidem sunt differentia assuetudinū, secundum uirtutem materierū in quibus consistunt, & à quibus fiunt. Cum autem ab Erasistrato & de euacuationibus quæsitum sit, quid sciendum sit de corpore dicente: Cum assueti fuerint quidā in eis, & de his scrutandum. Scimus enim quosdā ex naribus fluxum sanguinis patientes, uel secundum periodos æquales temporum uel inordinate, uel hæmorrhoidas, uel uomitibus, uel diarrhoeis, uel choleris captos: quosdam autem sponte effundentes uel per phlebotomiam, uel per apertionem earum, quæ in sphyris, uel per palatum, quemadmodū demum & per purgantia pharmaca uomitiua & subductiua, de quibus etiam ipsis scrutari oportet. Mihi autem non uidetur corpora propter consuetudinem indigere huiusmodi euacuationibus. Sed propter quam causam indiguerunt huiusmodi euacuatione uel natura operante eam, uel aliquo homine secundum æstimationem medicinalem, ita rursus & pluries indigere ipsa in eadem. Quidam enim in prauis diætationibus, quidam autem propter præparationem prauam corporis acruantes sanguinis multitudinem, uel cacochymiam, à prædictis euacuationibus iuuantur: natura uel aliquo medico quod superfluum effundente antequam ægrotet homo. Quibusdam autem ægrotantibus, crisi in huiusmodi excretionibus ægritudinis sanatio facta est. Quidam autem à medicis curati sunt similibus auxilijs usi, deinde post capti simili ægritudine, curatiq; per eadem, si utique aliquando rursus eis uel totius corporis grauitas, uel capitis solius inæqualitas aliqua, uel & quid eorum quæ præter naturam aliud super appareat, communicantes medicis propter ipsam dubitare aiunt capitis ægritudinibus quibus ante capti fuerunt, præcedentibus similibus symptomatibus: deinde anticipantes uel per purgationem aliquam, uel per sanguinis ablationem effugere expectatam ægritudinem, paratius ad idem accedūt auxilium, cum

cum senserint aliquod simile symptoma post aliquando incidens eis. Quidam autem & antequā sentiāt, terminum prauidētes temporis secundum quod indeterminata periodo taliū passi sunt quid, euacuari anticipant: nominātq; præsueratiuā euacuationē in assuetudine factā eis; nec ullam alterationē corporis ex huiusmodi euacuationibus accipientes, qualē monstrati sunt accipere in antedi-

ctis: sed ab eadem causa eadem patientes. Stigitur mutauerint diatam, paucioribus cibis utentes, addentes autem exercitijs: inægrotables perdurant ex assuetudinum alteratione <sup>†</sup> iuuati, non quemadmodum dicti prius nociti. Non enim assuetudinis ratione per euacuationes continebat iuuari eos, sed in praua diata caco chymia & multitudinē acervantes.

ad. suballatio-  
nem

ad. suballatio-  
nem

## CL. GALENI DE SANI- TATE TVENDA LIBER

PRIMVS

THOMAS LINACRO ANGLO  
INTERPRETE,

Vm una sit ars quæ cor- A  
pori hominis tuendo di-  
cata sit, ut alibi à nobis  
ostensum est: eius primæ  
ac maximæ partes sunt  
duæ: quarum alteram sa-  
nitatis tuendæ, alteram  
morbi profligandi facul-  
tatem appelles. Earū cō-

traria inter se officia sunt. Siquidem illi tueri, huic  
immutare statum corporis est propositum. Quo-  
niam autem & dignitate & tempore sanitas mor-  
bum præcedit: utique & nobis quemadmodum  
hæc seruanda sit, prius tractare cōueniet: post au-  
tem, quo pacto cōmodissime morbus sit abigen-  
dus. Vtriusq; facultatis inueniendæ communis ra-  
tio est, ut, quidnam ea corporis affectio sit quæ sa-  
nitas dicitur, liquido constet: quandoquidem nec  
præsentem seruare, nec amissam restituere, si eam  
penitus ignores, licet. Scripsimus de hoc alibi, o-  
stendimusq; similiarium quas uocant partium sa-  
nitatem, calidi, frigidi, humidi, & siccī symme-  
triā, id est convenientiam inter se quandam esse:  
instrumentalium uero, ex similiarium ipsarum cō-  
positione, numero, magnitudine figuræq; constare.  
Quare quisquis hæc commodè tueri possit, is  
optimus sanitatis custos fuerit. Tuebitur hæc qui  
modos omnes quibus uititur, compertos prius  
habuerit. Sicuti enim, si impatibile nobis, nec ulli  
affectiōi obnoxium corpus esset, nullam deside-  
raret artem quæ eius tutelæ præferret: ita nunc, cū  
numerosis affectibus expositū sit, certam sibi  
deponit artem, quæ & omnia eius incommo-  
da perspicere, & ipsum ab ijs tueri possit. Sanè  
quæ corpus nostrum lædunt, corrumpuntq; ea  
sunt genere duplicia. Altera nobiscū congenita,  
& quæ uitare nequeas, quæq; ex ipsis generatio-  
nis principijs ueluti radice oriuntur. Altera, quæ  
& declinare possis, & orta à nobis non sunt: quæ  
tamen non minus quàm illa corpus nostrum con-  
ficiunt: quorum utraque iam seorsum distingue-

mus. Sanguis, semenq; genitale, generationis no-  
stræ primordia sunt; ille, ceteri materies quædam ap-  
pta, cōcinnaq; & opifici ad quiduis sequax: hoc,  
opificis rationem obtinens. Constat horū utrum-  
que ex iisdem genere elementis, humido, sicco,  
calido, & frigido: aut, si mauis ab essentia sumptis  
nominibus, quàm à qualitate nominasse, aqua,  
terra, ignis & aere. Sic enim demonstratum nobis  
est in eo libro quem de Elementis ex Hippocra-  
tis sententiā scripsimus. Dissident hæc inter se ipsa  
tēperamenti mensura. Siquidē in semine plus est  
igneæ substantiæ, atq; aeræ; in sanguine, aqueæ,  
terreæq; quantq; prepolleat in hoc quoq; & calidū  
frigido, & humidum sicco. Hoc fit ut non ficus,  
sicut ossa, pilusue, sed humidus merito dicat. At  
semen sanguine siccius quidem est: ceterū ipsum  
quoq; humidū fluxileq; est. Atq; ita nobis utriusq;  
ex humida substantia genituræ origo proficiscitur.  
Hanc tamen humidam seruari non erat, si mo-  
do ex ea nervi, arteriæ, uenæ, ossa, cartilagine,  
mēbranulæ, & alia id genus fieri deberent. Ergo  
statim in generationis initio cōfectum copiosius  
oportuit elementū id quod siccandi uim haberet.  
Est uero id natura quidē maxime ignis, sed tamē  
& terra. Est enim ea quoq; res sicca. Verū huius  
plus immisceri principijs nō erat, si modo hæc hu-  
mida erant futura. Ignis certe, quo minus plus sit  
admixtum, nec obstat quicq;: & sanè admixtū est  
tanto planè plus in utroq; principio, quātum nec  
iam torreat, uratue, & tamen abūde siccet. Quip-  
pe etiam tantus calor adhibitus agilitatem præsta-  
re ad motiones sat erat. Ab hoc igitur primū cogi-  
tur, paulumq; concreuit quod in utero conceptū  
est: mox siccius redditum, ueluti lineamenta que-  
dam & rudimenta cuiusq; membri obtinet. Vltē-  
rius uero etiam siccescens, nō lineamenta rudimē-  
tæue modo, sed etiam exactam uniuscuiusq; spe-  
ciem ostendit. Iam uero in lucē editū & magnitu-  
dine proficit, & tū siccius tū ualentius semper effi-  
citur: donec ad summū incrementum (ακμὴν Græ-  
ci uocāt) sit peruentum. Tum uero & incremen-  
tum omne

tum omne sistitur, ossibus nimirum ipsis per siccitatem non ultra sequacibus, & sanguinis spiritusque uasa, spiritus ipsius flatu in latum aguntur: cuncta denique membra non solum robusta fiunt, sed etiam uires suas summas obtinent. In eo uero quod sequitur tempore, omnibus iam partibus supra iustum siccescens tibus, non solum cuiusque officium minus probe ad ministrat, sed etiam corpus ipsum macilentius graciliusque ante, redditur. Ergo ultra siccatur, non macilentius modo, ueruetiam rugosum efficitur. Artus quoque ipsi inualidi, atque ad motus suos incerti inconstantesque probantur. Affectio haec in animalibus senium appellatur, ei quae in stirpibus *ἡλικία* Graece dicitur, proportionem respondens. Est enim & illa stirpis senium, siccitatis excessu pro ueniens. Vna igitur haec est omni generis corpori corruptelae interitusque connata necessitas. Altera est quae etiam in animalibus praecipue cernitur, totius substantiae fluore, quae inlitus calor excitat. Haec itaque incommoda nullum quod genitum sit corpus effugere potest: reliqua quae haec sequuntur, prouidentia consilioque certe potest. Porro his quoque non aliunde origo est, quam ex ipsis iam dictis incommodis corrigendis, atque sarcindis. Nam cum tota moles animalium in perpetuo fluore sit: ni similis altera substantia pro ea quae defluxit, restituta sit, euaporabit certe atque dissipabitur uniuersa. Quo factum arbitror, ut natura non animalibus modo, ueruetiam stirpibus inlitas quasdam uires deficientis ac desiderati semper appetentes, ab initio statim dederit. Non enim uesci, bibere, aut respirare, a quoquam usquam discimus, sed statim a principio facultates in nobis habemus quae haec omnia citra doctem perficiant. Cibo igitur, quicquid siccioris substantiae effluxit, restituimus: potione, quicquid humidioris: atque ad pristinam ita symmetriam ambo reducimus. Ita uero & aereae igneaeque substantiae modum respiratu, arteriarumque pulsu tuemur. De quibus omnibus etiam singulatim dictum nobis in alijs uoluminibus est: nec a praesenti disputatione alienum censemus, ut quae ibi demonstrata sunt, ad sanitatis tuende arte hypotheseos loco ponitis, sic quae deinceps sunt, aggrediamur. Cum enim quotidie propter insitum ipsis calorem, cunctis animalibus nonnulla substantiae portio defluit, nec est aliter huius iustum seruasse modum, quam cibi, potitionis, respiratiois, & arteriarum motus ope, necesse est ex his contrahi excrementorum prouentum. Nam si quale erat ipsum quod effluxit, tale prorsus adiungere agglutinareque ei per totum liceret: optimum id, saluberrimumque plane esset. Verum ubi quod singulis particulis defluit, tale natura est, qualis ipsa est particula, nihil autem eorum quae eduntur bibunturue, eiusmodi prorsus est: necessarium naturae fuit prius ea mutare, & concoquere, & fieri maxime potuit, efficere corpori alendo restituendoque similia. In quo opere siquid nec confectum, nec prorsus adsimilatum est, id corpori nec adnascitur accrescitue, & per ipsius laxiora intus spatia tanquam superuacaneum errat: unde nomen

A quoque recte a maioribus ei rei *ὑπερβολή* Graece est inditum. Cum igitur esse, bibereque, necessaria animantibus sint, has autem res subsequitur excrementorum generatio: natura non solum ipsis excernendis excludendisque instrumenta instituit, uerum etiam instrumentis ipsis facultates inseruit, quibus incitata, quaedam ad se trahunt, quaedam alijs transmittunt, quaedam excrementa expellunt. Porro haec, quod corpus semper mundum, atque excrementis uacuum seruetur, nec obstrui aliquatenus, nec ad proprias functiones imbecilla esse oportet. Atque ita geminum iam scopum salubris uictus sermo nostrar exposuit: alterum, eius quod exhaustum est, reficiendi: alterum, excrementa expellendi. Tertius namque huc spectat, ne animal praepropere senescat, duos iam dictos necessario comitatur. Si enim in neutro sit erratum, nec quod exhaustum est restituendo, nec excrementis expellendis, & sanitate interim corpus fruatur, & uigoris tenorem quam longissime seruabit. Verum de hoc poetea procedente sermone dicetur. Nunc quod reliquum est eorum quae ab initio disserere proposuimus, adijciam, quod sanitatis tuendae scopos quos, qualesque sint, clarius distinguam. Illud (arbitror) iam diximus: Si corpus nostrum impatibile, omnibus quae affectionis expers esset, sicut adamas, aut quiduis id genus, minime artem ullam requireret quae ei tuendo praesideret. Sed quoniam duplices corruptionis causas, alteras internas & a se, alteras extrinsecus incidentes habet: necesse est curam prouidentiamque non paruam desideret. Et ex se quidem duplici ratione consumi corpus indicauimus: una, quod uel aetatis cursu, uel assiduo substantiae fluore ad interitum tendat: altera, quae utique esum potionemque consequitur, ipso excrementorum prouentu. Atque ex se quidem ita corrumpitur. Eorum uero quae extrinsecus incidunt, unum certe est quod separari ab eo non potest, quodque illi perpetuo, & (ut ita dicam) ueluti connatum adheret, aer ipse ambiens. Alia nec necessario & incertis temporibus nobis accedunt. Ille (nepe qui circumfunditur aer) nos laedit uel quod calidos immodice, uel quod frigidos, uel quod siccios, uel quod humidios efficit. Haec, quod contundunt, quod diuellunt, quod uulnerat, uel quod articulum aliquem loco mouent. Oritur hoc loco logica quaedam disputatio, quae in utraque partem rationes habet, alijs horum omnium curam ad sanitatis tuendae arte pertinere affirmantibus, alijs eorum tantum quae calfaciant, refrigerent, humectent, aut siccant. non enim siquid collisus, uulneratus, aut simili quopiam affectu a naturali habitu sit emotus: id statim aut nosse, aut declinasse, ullius esse artis munus. Ego uero de plethorae id genus agendum mihi non statui: sed quod utraque pars ultro concedit, eo accepto, ad propositum reuertar. Illud ergo confessum utrique arbitror, quod uulnerare, uel illi su, uel simili aliqua ratione laedunt aut corrumpunt, omnibus esse nota. quae calfaciendo uel refrigerando, uel madefaciendo, uel siccando, non omnibus. Ergo ne nos quidem quicquam ab officio alienum fecisse uidebimus

debimur, si, quæ omnibus nota sunt, prætermis-  
ad ea quæ parū nota sunt, potius uertamur: quādo  
minime propositū est, hoc saltē opere, sophisticos  
cauillos diluere, sed potius quo pacto quis in ua-  
letudinē minime incidat, docere. Rursum igitur ad  
propriū initium sermonem reuocemus, ac diligē-  
tius adhuc quæ pro hypothesi sunt habenda, com-  
memoremus. Primum ergo ad præsentī cōtempla-  
tionem pro hypothesi præsumptum esto, sanita-  
tem non esse absolute elementorū ex quibus con-  
stamus, aut mediū tēperamentū (quā eucrasian  
uocant) aut debitā conuenientiam, (quā symme-  
trian appellant) quæadmodū omnibus ferē qui an-  
te nos scripserunt, uisum est: sed eā duntaxat quæ  
similariū est partiū, ut alibi demonstrauimus. Secū-  
do loco illud quoq; quod alibi nō minus demon-  
strauimus, præsumptū pro hypothesi esto, nempe  
instrumentaliū sanitatē in figura, numero, magni-  
tudine, ac cōpositione similariū cōsistere. Tertio,  
functionibus secundū naturā obeundis, sanitatis  
habitu discerni. Postremo sanitatē quandā opti-  
mam esse, & (ut sic dicam) consummatā atq; sum-  
mam: quandam ceu deficientem ab hac, nec pla-  
ne absolutā perfectā uerū: atq; hanc etiam latitudi-  
nē habere non paruam: hæc quoq; pro hypothesi  
hoc loco sunt: quæ alibi nobis certissimis rationi-  
bus ita firmata, nūc quoq; nihilo secius sunt demō-  
stranda. Maxime uero uelim, qui his studere uo-  
luerit, eū librum legat in quo illud inuestigamus,  
cuius deniq; artis pars sit ea quæ sanitatis tuendæ  
curā proficet, is liber inscriptus Thrasylbulus est.  
præterea eum quē de optimo corporis nostri sta-  
tu scripsimus. item quē de euexia, id est bono cor-  
poris habitu. Sunt hi breues ambo libelli: quos si  
perlegerit qui ad hæc accedet, facillime conseque-  
tur quæ mox dicentur. Dictum iam alibi nobis est  
etiā eum librum qui de elementis secundum Hip-  
pocratem inscriptus est, necessariū ad præsentem  
disputationem esse. Quod optis sequuntur, tū id  
quod de optima corporis cōstitutione, tum id quod  
de euexia cōscripsimus. Ab his hypothesibus ue-  
luti fundamentis operis factis, hinc alicunde sani-  
tatis tuendæ tractatio incipiēda erit. Cum sanitas  
symmetria quædā sit, symmetria omnis duplici ra-  
tione nō solū perficit, sed etiā dicit: aliās q̄ ad sum-  
mū peruenit, et uere prorsusq; symmetria est: aliās  
quæ ab huius absolute perfectione paulū de-  
ficit: Vtiq; & sanitatis symmetria duplex quædā  
fuerit: hæc quidē exacta, optima, absoluta, & sum-  
ma illa paulo ab hac deficiens, nō tamē eatenus,  
ut animalī sit grauis. Existit & hoc loco logica  
potius q̄ ex usu artis dubitatio quædam, neganti-  
bus quibuscumq; alium alio magis esse sanum, aut  
esse eius affectus quam sanitatē dicimus, notabi-  
lem ullam latitudinem, sed unicam esse eam affir-  
mantibus, & quæ ad unguem sit exacta, nec maio-  
ris minorisq; ratione diuidua. Mihi uero sicuti al-  
bum corpus aliud magis, aliud minus album cer-  
nitur: ita & quod sanum dicimus, magis minusq;  
tale esse uidetur: Cuius rei duplex demonstratio

A est: Vna quæ ex ea mutatione accipitur quæ per  
ætatum uices cernitur. Postea namq; q̄ editum a-  
nimal in lucem est, perpetuo mutari eius tempera-  
mentum (ut ante proposuimus) est necesse. Qua-  
re si in tēperamenti qualitate sanitas cōstituitur,  
qualitas autem ipsa nō permanet eadē, nec ipsam  
sanitatem eandem seruari est possibile. Altera nō  
minus euidens demonstratio ab ipsa sumitur actio-  
nis differentia, siquidē nec qui sani sunt omnes oculi-  
lis, æque cernunt, sed alij perspicacius, alij obtu-  
sius: nec auribus pari modo audiunt: immo hic  
quoq; magna est in excessu defectuq; diuersitas:  
sed nec pedibus similiter currūt: nec manibus ap-  
prehendunt: nec reliquorū deniq; membrorū mu-  
tia similiter obeunt: sed hic probius, ille deterius.  
B Si itaq; actionū diuersitas pro temperamenti mo-  
do respōdet, cogit planē ratio ut totidem sint tem-  
peramentorum diuersitates, quot sunt functionū  
differentiæ. Quod si quis *νεκρονομία*, id est con-  
stitutionū uel statūū potius q̄ temperamentorū  
dicēdum putat, quo utiq; in omnem sectam ratio  
quadret, ita nimirū colligat licet. Sanitas omni se-  
ctæ symmetria quædam est. Nobis, calidi, frigidi,  
humidi, sicci. Alijs, corpusculorum, & meatuum  
quos *ὄργανα καὶ πόροι* Græce uocant. Alijs, insectū  
lium, uel incōpacillium, uel partium dissimilariū,  
similariū uel deniq; primorum elementorū  
cuiuscunq; sed secundum cuiusq; sectæ opinionē,  
pro ipsorum modo, membrorum nostrorū actio-  
nes reddimus. Si itaq; uaria eduntur opera, utiq;  
C uaria est & elementorum in singulis symmetria:  
quam esse sanitatem supra proposuimus. Quin &  
citra omnem elementī mentionem hoc pacto col-  
ligas licet. Si membrorū constitutioni functiones  
sue respōdent: quotquot harum uarietates dabū-  
tur, totidem nimirū & cōstitutiones erunt. Atqui  
respondent constitutionibus opera, erūt ergo ne-  
cesse est tot cōstitutionū discrimina, quot sunt fun-  
ctionū differentiæ, sunt uero hæc numerosæ, quare  
erunt & cōstitutiones [æque multe.] Si ergo om-  
nium qui sani sunt, membrorū cōstitutio in sym-  
metria cōsistit, cōstitutiones autē ipsæ uariæ sunt,  
quandoquidē functiones sunt uariæ: utiq; multæ  
uariæq; ipsarū constitutionum symmetriæ erunt.  
Quare etiā sanitates multæ uariæq;, nō ipsa cōmu-  
ni omnīū forma, unde dictæ sanitates sunt, sed ma-  
ioris minorisq; ratione inter se dissidentes. Sicuti  
enim niuis candor, ab eo qui in lacte uisitur, qua-  
tenus candor est, nō dissidet, maioris minorisq; ra-  
tione dissidet: ita & Achillis uerbi gratia sanitas,  
ab ipsa quæ in Thersite est, quatenus sanitas, nō  
dissert, sed est cū ipsa eadē: altero quopiam ab ea dif-  
fert. Id uero alterū, aliud planē nihil est q̄ maioris  
minorisq; ratio. Neque enim est quod quicquam  
dicat non edi ab omnibus hominibus uarias actio-  
nes, neq; aliunde dissimilitudinem hanc nasci, q̄  
ex ipsa cōstitutione unde actio proficiscit. Quod  
si quis eos duntaxat sanos esse cōtendat, quorum  
singula mēbra functiones suas obeunt absolutissī  
me: ceteros qui minus probe sint affecti, non esse  
sanos

sanos: sciat is se uniuersa tractationis quæ de sanitate tuenda instituitur, fundamentum subuertere. Si enim huic propositum est seruare tueriq; eam quæ ab initio accepit sanitatē: nemo autem nostrum sanus est; luce clarius fit inutilem irritamq; fore quæ nunc de sanitate tuenda artem instituiamus. Itaque nec querenda nobis talis ulla est, sed planè silentio prætereunda, sermoq; iamiam finiendus. Omnes ergo eiusmodi difficultates summouet ipsius ueritatis cognitio. Non enim absoluta ipsa tantum, quæ insectilis est, simul est & dicitur sanitas, uerum etiam quæ ab hac deficit, modo tamen uisibus nostris adhuc non sit inepta. Quippe sanitatem omnes requirimus, tum ad uitæ functiones, quas planè morbi impediunt, atq; auferunt: tum uero ut molestia careamus. Angimur enim doloribus non leuiter. Eam uero corporis constitutionē in qua nec doloribus cruciamur, nec in uitæ actionibus impedimur, sanitatē appellamus. Quæ si quis alio nomine appellare malit, nihilo plus ex ea re consequetur: sicut nec qui *ἀσπιδόειρος*, id est perpetuam inualetudinē inuehunt. Quippe si hanc propterea inueheret, quod omne genitum corpus, sicuti genitura, sic etiā interitus causas ab initio secum natas habet, sicuti à nobis antea demonstratū est: uti que laudati à nobis essent tãquam & uera & anti qua dogmata professi. Nunc, cum sanorum ægrotantiumq; corporum constitutiones eadem esse specie decernunt: nec autores laudo, nec placitū probor: cum longe melius existimē, satis amplam latitudinem sanitati tribuere, quæ omnes homines perpetuo urgentibus morbis premi. Qui & si esse in nobis omnium morborum semina dicant, tamen fatentur ipsi ea tam esse parua, ut sensum nostrum omnino effugiant. Esto igitur (si uelint) doloris quispiam in nobis affectus, uerum tã exiguus, insensibilisq; ut minime officiat. Sunto, si libet, & febres, sed à deo leues, ut neq; sensum sui ullū asserant, liceatq; per eas & negotijs publicis priuatisq; perfungi, & balneo uti, esseq; et bibere, ac reliqua que opus sunt peragere. Quippe facultas ad necessarios usus minime impedita, sanitatē potius determinat. Non enim functionum imbecillitas, morbi statim nota est, absolute ita citraq; exceptionē loquēti, nisi adiectū sit, quæ præter naturam cuiusq; sit. Siquidem omnes (arbitror) & cernimus male si cum aquilæ & lynce comparemur: & confuse oblateq; audimus si cum Melampode, & pedibus parum ualeamus si cum Iphido, & manibus si cum Milone conferamur. Quouis deniq; membro propè muti si uideamur, si cum ijs qui hoc ipso maxime ualent, comparemur. Quis igitur nostrum se non probe oculatum existimet si formicas duum stadiorum iteruallo non cernat? Aut quis auritū se parum recte putet si quod sexaginta stadijs abest, non exaudiat? At si quis literas hac pagella descriptas recte non cernat, is iam oculos meritis accuset: non tamen si quatuor has ipsas cubitis abūctas non peruideat, nisi forte ea prius oculorum acie fuit, quæ uel has cerneret. Sic em̄ (arbitror) accuset, dicatq;

merito, quod omnibus hominibus dici assolet, nepe hoc prius fecisse, nunc idem facere non posse. hunc enim morbo aliquo teneri dicemus, siquidē senectutis uitio imbecillitas ea non trucidit. quamuis sunt qui senectutē quoq; ipsam morbum esse uelint. Ceteros quibus natura non dedit ut acute uideant aut audiant, aut celeriter currant, aut alia id genus ualide strenueq; obeant, neq; morbo teneri, neq; in totum præter naturam se habere censuimus. Omnis siquidem morbus præter naturam est. hi se præter naturam planè non habent, sicuti nec senes. Non igitur absolute citraq; exceptionem sanos ægrosq; functionum firmitate infirmitateq; iudicandum: sed sanis uerba illa, secundum naturam: ægris illa, præter naturam, adijci oportebit: ut sit nimirum sanitas, affectio naturalis actionem perficiens. contra, morbus, affectio præter naturam actionem impediens. Neq; enim si affectus secundum naturam se habeat, continuo etiam sanitas existit. Est enim affectus secundum naturam tum Aegyptiorum nigritia, tum Gallo rum candor, tum Scytharum rufus color: quorum tamen nullum est sanitas, cum ea omnino in colore non consistat. Neq; si præter naturā se habeat, protinus morbus est: quando ita uel ex sole nigritia, uel diutina umbratili consuetudine contractus cador, morbus sit. Sed adieciſſe oportet sanitatis notionē, quod causæ rationem ad aliquod opus edendū obtineat: morbi uero notionē, quod actionē incommode. Verum de his alibi dictum à nobis locupletius est. Ad præsentem disputationem illud solum sumpsisse sufficiat, permagnam sanitatis latitudinem esse, nec eam in omnibus nobis æqualiter prorsus inesse. Quod si cui uolentum appareat *ὑπεραισ*, id est mediū tēperamenti nomine cenſeri quod medio ad unguē tēperamentum non sit; is, quæſo, reliquorum in uita nominum usum ad memoriā reuocet: ubi & potionem & balneum *ὑπεραισ*, hoc est, tēperatum dicimus non solum cum alterum huic, alterum illi tale est, sed etiam cum ad eundem hominem in latitudine tale est. Nam si auerso paululum qui biberit, iniecerit quis in calicē calidæ frigidæ uel exiguū, nullo mediocris tēperamenti mutationē deprehendet. Atqui si quod tēperatum est, ita exigis ad unguē, ut omnino indiuisibile insectileq; sit: haudquaquam insecto uel calidæ uel gelidæ minimo, tēperatū esse uidebitur. Ad eundē modū, neq; si quis inuinationē tēperatā, frigidę pusillū iniecerit, utilitatē eius protinus corruperit. Quin ambientem quoq; nos aerem tēperatum dicimus etiam si in alterutram partē paululum sit propensius. Deniq; quid miri si eucrasian in satis amplam latitudinē extendunt uniuersi: quando & in lyris consonantiam ipsam quæ summa exactissimaq; sit, unicam atq; insectilem esse probabile sit: quæ in usus hominum ualeat, certe latitudinē habeat. Sæpe namq; quam percommode tēperasse uidearis, alter superueniēs musicus exacte tēperauit. Si quidem nobis ad omnia uitæ munia sensus ubique iudex est. Quare



est. Quare ipso etiā eucrasian dyscrasianq; iudicabimus. Pari modo actiōis uitii cuiusq; præter naturā suā male habentis mēbri, non ante morbum decernemus, q̄ ad sensibilem magnitudinē peruenit. Nec quicq; ut ad rē propolitā ne hic quidē referat, ipsā inne læsam actionē, an affectū cuius uitio lēdit, morbū dixeris; sicuti nec siue quis affectionem, siue constitutionem appellasse malit. Dictum à nobis alibi & de his est, & simul euidentibus rationibus confirmatū, tum morbū, tum sanitatē in corporis affectione cōstitutioneq; consistere, minime in actione, actionisue læsione. Cæterū ex horū morosa perpensione discussioneq; parum uel ad ualitudinem tuendam, uel ad morbū summovendū iuuamur; cum illud modo nouisse satis sit, corporis constitutionē quæ causæ rationē respectu actiōis obtinet, utriusq; facultatis scopum esse, & eius quæ sanitatē tuendā, & eius quæ morbum profligandum proficitur; quippe cū hanc & præsentē seruare, & amissam restituere propositū nobis sit. actiones uero constitutionē corporis necessario sequuntur: eam quæ proba est, inculpatæ probæq; quæ cōtra est, culpabiles ac uitiosæ. Quare quoniam id quod ope nostra seruatur restituiturq;, affectio quædam corporis cōstitutioq; est, eam uero ex necessitate functionū sequitur [bonitas:] ad præsentem certe disputationē parum attineat, functionūne, an cōstitutionū in genere morbus sanitasq; collocanda sit, in quibus id potius attinet, ut illud pro hypothesi fumentes, qd in naturali corporis nostri cōstitutione illa seruanda maxime sunt, quorū beneficio functiones obeamus: ac illud memoria reperētes, q̄ similariū quidem partiū eucrasia, [instrumentaliū] forma, positura, numerus, & magnitudo, functionū sunt causæ: præterea quod hæc omnia in latitudine quadā spectant; etiā in singulis hominibus seorsum quæ reliqua sunt persequamur. Ad quæ sanē nō parua cōmoditatem affert latitudo horū perspecta. Nam cū eucrasia duplex omnino sit; altera quæ in animantiū saltē corpore cogitatione potius usurpetur, q̄ solide subsistat; altera quæ in sanis omnibus subsistit atq; appareat; hanc rursus à nobis diuidi par est: quippe in qua nō parua diuersitas inueniētur. Id q̄ sit uerum, uel ex ipsius etatib; maxime deprehēdas. Cū enī ad omnē uoluntate susceptā actionē adolescentiū ætas sit aptissima; infantium certe senūq; minus ad hanc est apta, propterea q̄ illis humor, his siccitas frigiditasq; nimis abūdat. In alijs tamē functionibus quas naturales appellamus, ueluti auctiōe, cōcōtiōe, distributiōe, & nutritiōe, infantes planē cæteris ætatib; lōge præstāt. Neq; tamē eo secius omnibus per omēs etates licet esse sanis. Ergo quē admodū in etatū diuersitate se habet, ita etiā in naturalis habitus differentijs immensum quantū tēperamentorū discriminē inuenias: ut duorū exēpli gratia similis ætatis puerorū, hunc altero lōge humidiorē, illū sicciorē. pari modo hūc calidiorē, illum frigidiorē. Quibus cūq; igit corporibus multo super pra iustū calidis, frigidis, humidis, aut siccis esse

cōtingit, ips planē optima tēperies nō est. In quibus autē ab eo quod absolutissime tēperatū est, diuersitas quædā intelligit, minor tamen q̄ quæ sensu discerni possit: hæc certe, qd ad usum pertinet, pro absolutissimis accipimus: ita ut sanitatis, quā in latitudine contēplamur, hæc quidē mediū sit tēperamenti, nec ulli uitio obnoxia, quod saltē sensu percipiatur; hæc cū intēperata, uitioq; exposita. Huius sententiæ euidentissima indicia sunt discrimina quæ in gracilibus corpulentisq; notant: quippe quorū cōtrarias habitudines ex cōtrarijs tēperamentis ortas esse necesse est. Sicuti igit nec nimium gracile corpus probamus, nec quod ualde est obesum; ita nec tēperamenta eorū planē laudabimus, tæti utrunq; q̄ maxime sanū esse conspiciamus, sed quæ in medio habitudines sunt, Græcis dictæ, sicuti ipsæ debitā partiū cōuenientiam, speciemq; inculpatā habēt: ita id totum conuenientis laudabilisq; tēperamenti beneficio acceptū ferunt. Tales ergo corporū habitus, si ueritatē ipsam ad unguem exigas, absoluta saltē exactaq; temperie ne ipsos quidem temperatos dixeris. Verum quod sensu iudicetur, atq; ad usum sit satis, non inculpabiles solum, sed etiam optimos censueris. Sanē indicium euidentis est ne ipsos quidem exactissimum temperamentum consecutos, ex eo quod nunquā eodem statu permaneant, sed primam ætatum ipsarū mutationem recipiunt, nulla harum eundem perpetuo tenorem seruāte, sed semper ad sicciorē tendente. Alteram, quæ somni ac uigiliariū, quietis & motus, tū motus ipsius differentiariū, ad hæc bibendi sitiendi, edendi esuriendi, ciborū potionisq; copię aut inopiæ, præterea balnei, iracundiæ, studiū, doloris, omnium talium occasione prouenit, quæ tantum non omni momento temperamentū immutant. Quis igitur in tanta mutatione optimū undecūq; temperamentum inuenire speret? quippe quod sicut unquam optima natura prædito contigit, certe ne momento quidem durauit. Adeo mihi sanē admirari subit eorum opinionem qui sanitatem eucrasiamq; citra omnem latitudinem unicamq; esse cōtendunt; nec si quid ab hac paulo discessit, utique sanitatem esse. Qua nimirum sententiā cōtrarij obiter imprudentes inuehūt; disputantq; de te aut nunquam planē uisa in animalis corpore, aut si quando uisa est, ne minimum quidem tempus durante. His ergo quam somniāt sanitatem, ipsis seruandam linquimus. Nos interim ad eas quæ in aperto sunt, reuertimur. Quarum cum duplicem statuamus substantiam, [unam de qua planē queri non sit, alteram de qua queri liceat] de qua modo uerba fecimus, suū utriq; scopum reddamus; nempe et quam inculpatam diximus, exactam absolutaq; planē, quod utiq; sensu aduertere possit, custodiam. Alteri de qua conquerare, non exactam, Quippe intēperies quæ intra sanitatis sunt terminos, corrigere oportebit ita, ut quæ iusto sicciores nature sunt, humidiores reddas; quæ humidiores sunt, sicciores. pari modo q̄ frigidiores sūt, ut harū excessum

excessum castiges: quæ calidiores, earum superā-  
tiam ad moderatius reuoces. Hæc qua salubris ui-  
ctus ratio fiat, procedēte sermone docebimus.  
Prius enim tradendum arbitror quemadmodum  
optimæ naturæ cōseruanda sit sanitas. Ante id ue-  
ro quænam sit optima corporis constitutio, expo-  
nemus. Est igitur ea, si substantiā eius species, &  
quæ optimo tēperamēto sit, & quæ figurā partiū  
egregie ad functiones cōparatam habet: ad hæc,  
quæ omnem tum numerum, tū magnitudinē, tū  
omnium earū inter se contextum ad actiones ido-  
neum exhibet. si uero indicia notasq; respicias,  
cuius corpus carnis mediocritatē præfert, porro  
id tale est, quale inter gracile & obesum, medium  
esse docuimus. Nec refert si pro obeso corpulen-  
tō ue crassum dixeris. Idem reliquorū quoq; ex-  
cessum in medio planē est situm, ita ut nec hirsu-  
tum id merito dixeris, nec glabrū: sed nec molle,  
nec durum; nec nigrum, nec candidū; adde etiā  
nec uenis amplis, nec obscuris; nec iracundū, nec  
ignauum; nec somnolentum, nec perugilem; nec  
hebetem, nec callidum; nec in uenere pronum,  
nec a uenere alienum. Quod si omnibus quoque  
corporis partibus planē medium omnis excessus  
teneat, pulcherrimum id uisū nimirum fuerit, ut-  
pote symmetron. Erit nō minus ad labores omēs  
planē idoneū; nec reliquis eucrasia, id est boni tē-  
peramenti, cuiusq; mēbris notis quas in secūdo de  
tēperamenti retulimus, destitutū. Nam multos  
uideas quibus caput attēperatū cōmode sit; tho-  
rax, uēterue, & quæ gignēdo tributæ partes sunt,  
parū prospera tēperie sint. Quorundā uero in ar-  
tubus intemperies est. Non desunt & quorū unū  
aliquid uiscerum, aut alia quæpiā particula una,  
pluresue, interim uero plura aliqua uiscera parū  
salubri sint temperamento. Ego uero in unica in-  
strumentalium partium intemperiem, idq; in non  
paucis notauī, ita ut, uerbī gratia, reliqua omnis  
uentriculi concauitas uno temperamento cōmo-  
do incommodūue esset, alio ipsū duntaxat uen-  
triculi os. Cæterum de ijs, ubi de uitiosis corporū  
statibus disceptabimus, agetur. De optimo uero,  
& cuius singulæ particulæ uniuersam substantiā  
inculpata habent, nūc dicitur. Huius ergo for-  
tis homo cum arti sanitatis tuendæ traditur educā-  
dus, fortunatus utiq; sit, si statim editus in lucem  
ei committatur. Ita nanq; ad animi quoque affe-  
ctus nonnihil lucrificiet, ipsa nimirū recta uictus  
ratione mores quoq; probos reddente. Cæterum  
si qua etiā sequentium ætatū eius se moderatio-  
ni summittat; sic quoq; commoda sentiet non me-  
diocria. Sanè primum dicitur quemadmodum si  
huiusmodi hominem ab initio susceperis, eun-  
dē per omnem uitæ cursum sanum custodias; mo-  
do nequid uiolenti extrinsecus illi incidat; id qd  
utiq; ad sanitatis tuendæ artificem parum attinet.  
Secundo loco quæadmodum si non recens natū  
puellum acceperis, sed qui iam præceptoribus da-  
ri sit habilis, eius quoq; curā ages. Postremo quæ-  
admodum reliquarum ætatū cuiuslibet. Ergo re-

cens is natus infantulus cuius corporis constitu-  
tio omni nota uacat, primum quidem fascijs deli-  
getur: sed corpori prius toti sale modice insper-  
so, quo cutis eius dēfior solidiorq; ijs quæ intus sunt  
partibus reddatur. In utero enim eque cū reliquis  
mollis erat; cū nec durius ullum corpus inibi con-  
tigerit, nec aer illi usquā frigidus incidit: quorū  
cōmercio cōtracta densataq; & q; ipsamet prius,  
& q; reliqua mēbra dēfior duriorq; fieret. At quo  
niā iam editus infans, in frigore, calore, atq; inter  
corpora multo se duriora uersetur necesse est, ob  
hæc ipsa nimirum naturale eius tegmen præpara-  
ri quodāmodo à nobis, reddiq; ad indolentiam &  
tolerantiā q; aptissimū par est. Ita uero qui secun-  
dum naturā se habent infantes, uel solo sale præ-  
parati munitiq; abunde fuerint: quando qui sicco-  
rum myrti foliorum, aut aliorum id genus insper-  
sione egent, ijs planē uitiosus status sit. Nobis ue-  
ro ad præsens de ijs qui optimo statu sunt, differe-  
re propositū est. Ergo hi fascijs (ut dictum est) in-  
uoluti, lacte pro alimento utantur, & balneis salu-  
briū aquarum. Vniuersam nanq; uictus rationem  
humidā sibi adhiberi postulat, ut qui cæteris æta-  
tibus tēperamēto sint humidior. Atq; ex ijs quæ  
ad sanorum uictus rationē sunt necessaria, primū  
hoc se ad disquisitionem statim offert. Nam sunt  
qui humidiores naturas siccandas semper putet:  
sicuti ediuerso quæ frigidiores sunt, calefieri debe-  
re; madesieri quæ sicciores; frigesieri quæ calidio-  
res. Quippe similibus quēlibet excessum auferre  
re, contrarijs remitti ac minui: unoq; uerbo, con-  
traria cōtrariorū esse remedia. Oportuit uero nō  
id modo Hippocratis legisse eos, meminisseq; sed  
& illa quoq; in quibus ait humidam omnē uictus  
rationem febricitantibus esse utilem, præcipue ue-  
ro puellis, & ijs qui tali refici uictu sunt assueti. Vi-  
detur em̄ in his tria deinceps pari inter se iure po-  
uisse, morbū, ætatem, consuetudinē. Atq; à mor-  
bo quidē contrarij adhibēdi indicationē accipit,  
ab ætate, & consuetudine similitum. Febri nanq;  
ceu morbo calido & sicco, humidā conueniunt.  
Puellis, ut quibus ea ætas non morbus, sed secun-  
dū naturā sit, id maxime est utile, quod planē est  
simillimū. Pari modo consuetudini, utpote quæ  
ad citatam acq̄sititiamq; naturā in corporibus  
gignit, contraria dedisse in primis est noxiū, atq;  
hæc merito. Quæ em̄ corpora secundū naturā se  
habēt, ijs seruari custodiriq; suū habitū decet, quæ  
morbo aliquo premuntur, ijs cōtra alterari, & ad  
cōtrariū habitū trahi expedit. Ac seruatur quidē  
similibus unumquodq; alterat contrarijs. Haud  
quaq; itaq; siccandi pueri sunt, si modo in his nul-  
la præter naturā humiditas subest, qualis in rauce-  
dine, distillatiōe, catarrhoq; conspicit: sed pro na-  
turæ ratione alendi, ac dulcium aquarum balneis  
humectandi: (quæ enim medicā uim aliquā præ se  
ferunt, omnes planē siccant, ueluti quæ sulphuris  
aliquid, bituminis, aluminisue repræsentant) tū ci-  
bo eo potioneq; nutriendi, qui humidæ quāmaxi-  
me naturæ sint. Ad hūc modū & natura ipsa pue-  
ris consu-

ris confuluit, & lac matris in humentis alimentis  
usum præparauit. Atq; optimū quidem est etiam  
reliquis fortasse omnibus infantibus ipsum lac ma-  
tris, modo nullo morbo sit corruptū; maxime ue-  
ro ei qui optimo est temperamento, de quo nunc  
sermo instituitur: quippe cuius maternum nō cor-  
pus modo totum, sed etiam lac à uitio esse alienū  
non sit abssimile. Ac sanguine quidē dum adhuc  
in utero gestamur, ali nos constat, ex sanguine ue-  
ro lac gignitur, exiguum in māmillis mutationē  
adeptum. Quare qui matris lacte pueri aluntur: ij  
iam non solum consueto, uerūetiā maxime pro-  
prio utuntur alimento. Videtur autem non mo-  
do nutrimentū id natura infantibus præparasse,  
uerūetiā facultates quasdam naturales quibus eo  
utantur, ab initio protinus cōtulisse: quādo si mo-  
do natis papillā statim in os inferas, & sugunt lac  
ipsum, & deglutiant propius. Quā sicubi for-  
te offenditur plorant, ue, non minimū ijs doloris  
sentimen est nutriticis papillā ori indita. quippe tria  
hæc doloris infantium remedia nutriticibus ipso usu  
edocuit inuenta uidemus: unum quod modo retu-  
limus, & altera duo, motū mediocrē, & uocis mo-  
dulationē. Quibus perpetuo usā nō solum mīti-  
gant, sed etiā somnū conciliant; uel hoc ipso testi-  
fante natura ad mītiā eos & exercitiā suo pte in-  
genio esse propensos. Adeo quisquis his artibus  
probe uti scietis: nimirū & corpus & animū opti-  
me instituet. Nutricibus igitur triplex puellis ex-  
cogitata dimotio est: in cunis, in lectulis pendentibus,  
in suis ipsarū ulnis. ubi iam hoc aliud quoq;  
nobis æstimandū oritur, ad sanitatis tutelā uel in  
primis necessariū: cū Asclepiades planē apertēq;  
exercitationes dānet; Brasistratus uerecūditus ti-  
midiusq; decernat, cæterum idem cū Asclepiade  
sentiat; reliqui serē medicī non solū ad euexian, id  
est bonam corporis habitudinē, sed etiam ad sani-  
tatē eas prædicent. Porro exercitationū tria saltē  
prima notant genera, utiq; quot motionū differē-  
tiæ, quippe aut à nobis ipsis mouemur, aut ab alijs,  
aut medicamēto. Horū tamen tria species ad sa-  
nos nequaq; pertinet. Sed qui ab altero præstatur  
motus: nauigando, equitando, uehendo, atq; ut  
paulo ante dictū est, in cunis, lectulis, ulnisq; obī-  
tur. Recens tamē nati puelli tā ualentē motum q̄  
est qui uehiculis, nauigijs, equisue præstatur, ad  
huc non desiderant. At qui iam tertium aut quar-  
tū annū agūt, his uehiculo nauigioq; modice agi-  
tari licet. Septēnes uero etiā ualentiora exercitiā  
tolerant, ita ut equitare iam affuecant. Per se ue-  
ro moueri tum primum pueris licet, cū iam repe-  
re cōperūt, magisq; etiam cum ingredi. Immatu-  
re uero cogendi omnino non sunt: ne crura eorū  
pondere uitietur. Sanē uel hac ætate facile decla-  
ratur quanta sit naturæ nostræ cum exercitijs so-  
cietas, cū pueros, nec si concluderis loco aliquo,  
prohibeas quo minus discurrāt, ac pullorū uitulo  
rumq; ritu lasciuiant. Quippe sua cūq; animanti  
natura satis est ad proprias cōuenientesq; excitā-  
das appetitiones, quibus sanitatē salutēq; tueatur.

Galen.

Verū Asclepiades nihil horū cogitās, per magnū  
ocium captiunculas texit quibus docere conetur  
nihil ad bonā ualeudinē exercitiā conferre. Verū  
huic postea quod par est respondebīs, ceu garrulū  
tate ad finē potissimū taxāda. Est enim nobis hoc  
loco propositū nō sophistarū nugas refellere, sed  
qđ ad sanitatē tuendā conducat, præcipere. Itaq;  
ad infantes redeo qui optimo corporis habitu sūt.  
porro his animi q̄q; mores citra uitii esse par est.  
Qui em iusto sūt ad irā magis p̄clues, aut animo  
planē demisso, aut sensiles magis aut insensiles,  
aut p̄ter modū gulosi, hos parū idoneo tēperamē-  
to esse ijs partibus quibus prædictorū singula ad-  
ministrant, necesse est. Proditū uero de his fufius  
est in ijs libris quos de Hippocratis Platonisq;  
placitis scripsimus. Verū qui nunc propositus in-  
fans est, undecūq; absolutus est. Huius ergo sicut  
nullum ex animi moribus corrigere, sic eosdē ser-  
uare nequo uitietur, oportet. Seruat uero quidq;  
ijsdem planē generibus, quibus corrūpitur. Cor-  
rumpuntur animi mores praua consuetudine cur-  
iusq; horū, cibi, potionis, exercitationis, uidendi,  
audiendi, totius deniq; mulices. Itaq; peritum ho-  
rum omnium esse eum medicum oportet qui sanī-  
tatis tuendæ curam suscipiet, nec ea opinione esse  
quali ad solum spectet philosophū animi mores  
effingere. Quippe huic ob aliud omnino maius id  
muneris tribuitur, nempe animi sanitatem: medi-  
cō uero, ne corpus facilius in morbos dilabatur:  
quando iracundia, fletus, ira, tristitia, cura immo-  
dica, & multæ super his uigiliæ febres accendunt,  
ac grauissimis ualeudinibus initia præbent; uel u-  
ti ediuerso cogitationis mentisq; segnitia, ac ani-  
mus omnino deses, decoloratos, atq; ex atrophā  
id est nutriendi defectu graciles, ob naturalis ca-  
loris imbecillitatem reddunt, hunc enim calorē  
præter cætera intra sanitatis fines custodire opor-  
tet. Custoditur autem modicis tum corporis tum  
animi exercitijs. Qui namq; motus modū non ser-  
uant, siue ij ex rationali, siue ex appetitoria, siue  
ex animosa animi parte cientur, si modum nimīū  
excesserunt, biliosum animans reddunt. Si intra  
modum nimīū subsistunt, pituitosum frigidumq;  
efficiunt. Quinetiam priorē habitudinem febres,  
& qui calidiores affectus sunt; posteriorē iocino-  
ris & uiscerum obstructions, comitiales morbi,  
apoplexiæ, in summa, destillationum fluxionūq;  
morbi plerunq; excipiunt. Et nos ægros quotan-  
nis nō paucos persanauimus solis animi motibus  
ad debitum modum reuocatis. Est uero non sper-  
nendus huius sententiæ testis, ipsum patrium no-  
bis numen Aesculapius, qui multas scribi cantile-  
nas, mimosq; ridicularum rerū fieri, & melodias  
quasdam instituit ijs quibus uehementiores ani-  
mosæ partis motus, corporis temperamentum iur-  
sto calidius efficerēt. Alijs quibuscūq; neq; ijs pau-  
cis, uenari, equitare, atq; armatos exercitari ius-  
sit, iisdemq; statim tum motuum ipsorum speciē,  
utiq; quibus motus iniunxit: tum armorum, qui-  
bus armatis exerceri præcepit, definiuit. Non em

Tom. 2

k

quo pa

quo pacto excitetur erigaturque animosa pars, cum A imbecilla sit, præcipere sat habuit, nisi etiam mensuram eius ab exercitationum idea definiret. Non enim pari modo excitatur ea animi portio cum apris, ursis, tauris, & alijs id genus prævalentibus robore belluis agitandis sumus attentis; & cum leporem, capream, & id genus fugaciam ac timidam sectamur. Nec similiter cum in leui armatura, & graui exercemur. Nec pariter cum citato cursu dimouemur, & cum mediocri motu agimur. Nec ubi cum alijs contēdamus, & ubi soli agimus. Iam clamore, antacitus ad labores inhorteris irriterque, non parum sanè interest. Verū de his latius dicetur in sequentibus. Sed infantes qui optimū sortiti sunt temperamentum, (de his enim sermo erat) non leui cura egent, ne quos animi motus immodicos incur-  
rāt. Quippe loquelæ adhuc expertes, ploratu, clamore, iracundia, & inordinato sui motu, dolorem indicant. Nostrium igitur officium sit, coniectantes quid desiderant, assidue id suppeditare, priusque auctus dolor in nimium atque inordinatum motum unā cum corpore etiam animum ipsum uniuersum conijciat. Siquidem dentientes, aut ab externo quopiam offensi, aut alium exonerare, aut meiere, aut esse biberēue cupientes, perinde ac discruciatī plorāt, atque enormiter mouent. Fieri etiam potest ut frigore offensi teporē desiderant; sicuti contra æstus afflicti refrigerationem. Est quando multitudinem infractorum non tolerant. Quippe multos offendit id quoque non minimū; maxime uero cum aut totum corpus uertere, aut etiam artus mouere cupiunt. Quinetiam ipsa quies si sit diuturnior, non parum molesta esse solet, quādo nulla animans immodico ullo delectatur, sed semper mediū modum expetit. Porro mediū modus non unus omnibus est, sed eorum semper est numero quæ in collatione ad aliud spectantur. Quocirca qui curam infantis educandi suscipiet, hūc planē ut acrem mediocritatis conuenientis; coniectorem esse, ita hæc semper præbere oportet priusquam ex desiderio cuiusuis auctus dolor simul cum corpore animum quoque in motus immodicos conijciat. Quod si quādo quod infestat, imprudentibus inscientibusque nobis auctum esse contigerit, corrigere id tentabimus illico uel præbito quod expectis, uel sublato quod offendit, etiam motu per ul-  
nas nutriticis adhibito, ac uocis modulamine, quo uti prudentiores nutriticū consueuerunt. Ego namque puello quodam totū diem irato, ploranteque, ac immodice se inordinateque iactante, nutrice ipsa omnis consilij inope, deprehēdi quod offendit. Quippe ut neque papilla in os immissa, neque a nutrice prolatus si forte meiere, aut alium exonerare uellet, lenitus est, sed nec cum ab ulnarū agitatione reclinari est ceptus, aduertit autem tum lectum, tum inuolutum, tum uestes ipsas sordidiores, præterea puellum ipsum immundū, atque illorum lauare detergereque iussi, tum lectulum mutare, ac uestem omnē tersam mundamque præbere. Quibus peractis, protinus ab immodico agitatione conquiescit, illicoque dormiuit.

non suauissimum modo, uteretur longissimum somnum. Ut uero recte conijcias quæ puello officiant; non modo solertia est opus, sed etiam assidua de ipso qui nutritur experientia. Hæc igitur omnia usque in tertium à natali annum circa puellum peragenda censeo. In primisque de nutrice ipsa non minimam habendam esse curam, quid edat, quid bibat, quo pacto in somno, uenere, exercitatione se habeat; ut uidelicet lac eius egregie sit temperatum; quale certe erit si sanguis eius quam optimus sit, porro is talis est, qui nec flaua abundat bile, nec atra, nec pituitosus est, nec serosus, nec aquosus liquore permixtus. Nascitur autem eiusmodi sanguis ab exercitatione moderata, & cibis tum boni succi, tum iusto tempore modoque assumptis, præterea portione tempestiua modiceque sumpta. De quibus omnibus in ijs quæ post dicent, diligenter agetur. A uenere omnino abstinendū esse quæcumque lac prebebit, moneo. Nam & menses uiri consuetudine prouocantur, & lac odoris gratiam in deterius mutati; quinetiam aliquæ in utero concipiunt; quo alienius a puello adhuc lactente nihil est. Ita enim quicquid sanguinis est optimum, in foetū absorbitur. Quippe is cum propriū in se uitæ principium contineat, & huius moderamine agitur, & assidue conueniens sibi alimentū trahit, utero ipsi ueluti radici adhærens, nec usquam ab eo nocte diuē discendens. Interim uero non minor modo, uerum etiam deterior rationabiliter redditur ipsius grauidæ sanguis. Quo fit ut lac ipsum tum peius, tum uero exiguum in mammillas colligatur; Quare si quæ infantē lactat, uterū gerit; ego magnopere suaferim aliā inueniendam nutricem. Cuius etiam lac gustu, odoratu, uisu considerandum explorandumque diligenter sit. Siquidem quod optimū est, id gustanti olfacienti; planē suaue, intuenti candidū, æquabile, ac liquidū crassique mediū apparebit. Quod uisiosum est, editu uero aut crassum & caseosum, aut liquidū & serosum ac liquidū, tum consistētia ipsa coloreque inæquabile uidebit. Idē gustantibus, amarorē, aut falsē dinem, aut qualitatem quampiam extraneam exhibebit. tale uero nec olfacienti suaue erit. Atque lactis probi improbi; hæc sunt indicia. Quibus diligenter animaduertis, quoties uel concepit mater, uel morbo aliquo est affecta, ad aliam nutriticē quæ iudicio delectuque pareatur, festinandum censeo. Tum uero puellum quoad primores dentes emiseric, solo lacte alendum. Quo tempore eum solidiori quodammodo iam cibo assuefacere conueniet. quod etiam experientia planē doctæ mulieres faciunt; primū panem, mox legumina, ac carnem, & similia, omnia prius commansa puellorum osculis immittentes. Corpus autem infantium conficere oportet oleo dulci; sicuti id ipsum recte peragunt nutritrices pleræque, statim ipsas corporis partes modulantes atque singentes. Verum in eo quæ proposuimus puero, qui corporis statu est optimo, quod ad membrorum modulū saltē attinet, nihil est quod curiosa nutrix sit, sed tantum fricet quoti die mediocriter, ac lauet; idque quam fieri maxime potest

potest lacte in uentriculo minime adhuc hærente A  
 crudo: quippe q̄ periculum est ne priusquam pro  
 be sit concoctum, in totū corpus infantis digera-  
 tur. Multo uero maxime si quis uentriculū ipsum  
 adhuc lactis plenum infricet, tū corpus crudo ali-  
 mento implebit, tum caput onerabit. Quo magis  
 prospiciendum in primis est, ne quid nutrimenti  
 neq; ante balneū, neq; ante frictionē puerulo præ-  
 beatur. Id fiet si ad hæc administranda nutritrix post  
 longissimū somnū tempus obseruet. Id enim ma-  
 xime temporis est, in quo uel inanem planē uen-  
 triculum inuenias, uel certe concoctum, siquid in  
 eo remansit. Quæ autē ut hodie sit faciūt, sanē læ-  
 dunt, aliæ unum & certum diei tēpus præscriben-  
 tes, aliæ cum ipsæ à negocijs uacent, tū demū cu-  
 rantes. Quo fit ut sapius lædi q̄ iuuare pueros B  
 necesse sit. Quippe quod à nobis præscriptum tē-  
 pus est, aliās in aliud diei noctisue tēpus incidit.  
 Maiorum tamen puerorum, qui uidelicet plagis,  
 minis, obiurgationi, monitis parere norūt, ijs du-  
 plex tum fricandi, tum lauandi temporis occasio  
 est: prior ac commodior, cū matutino somno sur-  
 rexerint, deinde luserint, ac iam cibum petant.  
 Tum enim maxime uocandi ad hæc sunt, ac cor-  
 pus quidem ad sanitatē pariter & bonā habitudi-  
 nem, animus ad obsequelam & temperantiā exer-  
 cendus. Interminandumq; nō aliter nos cibū præ-  
 bituros, nisi, quantum ipsi uelimus, frictioni bal-  
 neq; se permiserint. Atq; optimū quidē tempus  
 hoc fuerit. Quod si qua occupatione, qui puellū  
 alit, auocet, modico pane præbito ludere permit-  
 tat, quantum uelit: dein cū rursus cibū petierit, tum  
 fricet, lauetq;. Minime tamen bibere ei permitten-  
 dum post cibum est quem balneū excipit: quādo  
 ita præcipitior eorū quæ uentriculus continet,  
 distributio in corpus fiet. Id uero in corporibus  
 prorsus sanis cauere oportet. Quippe quibus uti-  
 lius sit ante balneū cibum dedisse, horū planē im-  
 probandi tum affectus sunt, tū corporū status. De  
 his uero in sequentibus dicemus, nunc premem-  
 dum nobis propositū est: nepe ut puellū cui opti-  
 me affectum corpus sit, sic educemus, ut talis per-  
 petuo seruetur. huic expedit, ut cibum balneum se-  
 quatur. Quod si, quo loco puellus alit, balnei co-  
 pia nō sit, (fortasse uero nec ista unquā legēt qui  
 ibi habitant) in concha pueros lauant, donec alte D  
 rum iam tertiumue ætatis annum attigerint. Qui  
 uero hos annos exceßerint: eos, si nō quotidie, at  
 certe tertio quoq; die quartoue unguunt atq; infri-  
 cant. Quod si anni tempus non prohibeat, stagna  
 amnesq; his balnei loco sunt. Apud Germanos  
 em planē ne nutrire quidē infantes cōtenderim.  
 Verū nos neq; Germanis, neq; alijs agrestib, aut  
 Barbaris hominibus hæc prodimus, nō magis e-  
 quidē q̄ uris, apris, leonibus, aut alijs id genus:  
 sed Græcis, & ijs qui tamerli genere sunt Barbari,  
 Græcorū tamen æmulanē studia. Nam quis, que-  
 so, nostrū tulerit, modo editū infantulum, etiā ab  
 utero calente, ad flumen deferre, ibiq; (sicuti Ger-  
 manos aiunt) ceu cādens sit ferrum, in frigidū hu-

Galen.

morem mergendo, simul de naturæ uigore pericu-  
 lum facere, simul corpus ipsum roborare? Quip-  
 pesi citra noxam id tolerauit: & q̄ propriæ natu-  
 ræ robur ostendit, & nouū præterea robur ex fri-  
 gidæ cōmercio comparauit, nulli non pateat. Cæ-  
 terum si ab externo frigore naturalis calor sit ui-  
 ctus: q̄ protinus interire necesse sit, id quoq; nemi-  
 nem latet. Quis igitur mentis cōpos, nec omnino  
 ferus, Scythæue, propriū pignus in id agere di-  
 scrimen sustineat, in quo errorem mors sequitur:  
 potissimum cum ex eo periculo non magnum sit  
 quod lucrifaciet? Asino enim fortassis, aut id ge-  
 nus experti rationis animati utilissimū fuerit den-  
 sum ita tergus durumq; effici, ut citra dolorem fri-  
 gus toleret. Homini ratione prædito, cuiā quæ-  
 so tam magno sit usus? Non enim si quis absolute,  
 citraq; exceptionem pronunciet cutē densissimā  
 durissimāq; utilem ad sanitatē esse, is recte dicat.  
 Cum nāq; animalis corpori duplex inflet incō-  
 modum, alterum ab externis, alterum ab internis  
 occasionibus: quorū certe rara mollisq; cutis est,  
 ijs ab extrinsecus imminetibus malis facile tētan-  
 tur: quorum densa ac dura, ab internis. Itaq; etiā  
 Hippocrates ubi de ijs præcipit quæ in nobis ab  
 alimento ad cōmodum incōmodūue cedunt,  
 post alia multa, hæc scripsit: Raritas corporis ad  
 trāspiratū ijs quibus plurimū aufertur, salubrius:  
 quibus minus, infalubrius. Præstat ergo utrumq;  
 declinasse excessum, nec adeo aut densam reddi-  
 diſſe cutē, ut corporis transpiratū prohibeat: aut  
 rarā, ut facile à qualibet extrinsecus incidenti oc-  
 casione lædatur. Tale porro natura est propositū  
 nobis hoc loco puellū corpus, cū sit medium, om-  
 nis excessus. Est ergo id ea ratiōe alendū, ut status  
 sui gratiā perpetuo seruet. Seruabit autē, si primis  
 quidē annis solo lacte nutrias, ac balneo dulcis a-  
 quæ & calentis utare: quō uidelicet corpus eius  
 molle q̄ diutissime seruatū, ad plurimū augmentū  
 perueniat. Ab his annis cū iam mitti in ludū est ha-  
 bilis, nō necesse erit assiduīs præterea balneis uti,  
 sed interim dum luctari condiscit, mediocriter inf-  
 bi ante cibū exercitari sat erit, ac balneo plerumq;  
 abstinere. Modū uero in labore exceſſiſſe, qd̄ nō  
 nulli pædotribæ pueros cogunt, prorsus alienum  
 est, siquidē intēpestiua duritie corporis inhiſcitur  
 auctio, etiā si natura sit ad auctū quāmaxime com-  
 paratū. Sanē uinū q̄ diutissime qui ea natura puer  
 est, ne gustare quidē suaserim, quippe quod hau-  
 stū & humectat nimis, & calfacit corpus, tum ca-  
 put halitu replet ijs qui humido calidoq; tēpera-  
 mento sunt, quale est eiusmodi puerorum. Atqui  
 nec repleri his caput est utile, nec supra q̄ par est  
 humidos calidosq; fieri: quoniam eō iam caloris hu-  
 morisq; peruenerūt, ut si paululū utrius qualita-  
 tem auxeris, iam modū exceſſerint. Cum autē sit  
 omnis excessus fugiendus, maxime hunc fugere  
 expedit, ex quo nō corpori modo, uerū etiam ani-  
 mo damnū accedit. Quare neq; iam adultis uinū,  
 nisi modice sumptū, existimandū est utile esse: q̄  
 uidelicet & ad iram & libidinem præcipientes facit,

Tom. 2

k 2 &amp; partem

& partem animi rationalem hebetem turbidamq; reddit. Caterum his ipsis ad bilis excrementa uel mitiganda, uel expellenda, est sane non inutile: nō minime uero ad eam siccitatē quæ in solidis partibus aut ex immodicis laboribus, aut ex proprio ætatis tēperamento prouenit. Humectat namq; ac nutrit quicquid immodice siccatum est: tū bilis aīmaræ acrimoniā mitigat ac frangit: præterea per sudores urinasq; uacuat. Pueri uero, ceu qui talem succū minime colligunt, quiq; naturālē humiditatem plurimā obtinent, ut cōmodorum quæ uini potio largitur, planē non egēt: ita incōmoda quæ affert, tantū sentiunt. Nemo itaq; rationis cōpos ēa uti potione puerōs sinet, quam, præterq; quod nullum affert cōmodum, immensum etiam sequitur incōmodum. At frigida potione omnino prohibendōs eos non censeo, quod tamen aliqui faciunt: uerimā cibo plerumq; & per calores, cum ipsis cordi erit, uti non displicet, potissimū uero (si cōpia eius sit) fontanæ recentis, cui nulla qualitas uitiosa aliūde sit cōtracta: ea si non est, reliquarū. Cauendæ uero sunt quæ ex stagnis hauriūtur, & quæ turbidæ, & quæ male olentes, & quæ salsæ: deniq; in quibus qualitas aliqua gustu deprehēditur: quādo quæ optima est, ea penitus nō gustui modo horū, uerū etiā olfactui omnis qualitatē expers uidebit. Eadem tū quoq; potui iucūda erit, tū planē pura. Quod si præcordia quoq; celeriter transiit, nihil est q; magis idoneā requiras: quando si qua pura lymphidæ est, nec potui insuauis, nihil fecius tamen circa præcordia hæret, hæc uitio non caret: atq; abstinendum ab ea censeo utiq; cū prorsus est frigida: ceterū a calefacta nō deterreo. Ac tutissimū quidem sit experientia ipsa de huiusmodi aqua iudicium fieri. Quod si quis est, qui ex notis potius uim eius prænosse malit: Cuius fons ē petra scaturiens, contra Septentriones fluit, Solemq; auersum habet, hanc agre concoctum iri, tardiq; transitus esse putandum est: eadem nimirū calefiet frigescietq; tarde. Contra cuius ad orientē Solem fons erumpit, quæq; per meatum aliquem mundum, aut puram collatur terram, eademq; calefit ac refrigeratur ocyllime: hanc omni ætati uti, lissimā esse existimādū est. Non enim sicuti uiuo, elcis, exercitatioe, uigilijs, somno, ac uenere, alijs alijs uti pro ratioe ætatis expedit, ita de aqua quoque statuendū est: sed quam nunc optimā indicauimus, hac uti puero, iuueni, seni, cōducit. Idem de aere iudicandum: quem optimū in pulmones trahere, omnibus iuxta salubre est. Optimum aërem censeo, qui prorsus sit purus. Eiusmodi uero fuerit qui nec stagni, nec paludis habitu sit infectus, nec ex profuado specu pestilentem aurā spiraret, qualis circa Sardis, & Hierapolin, aliubiq; terrarū uisitur. Nec qui ex cloacis quæ urbē aut numerosum exercitū purgent, uitium cōtrahit. Nec qui ex animalū, olerū, aut legumīū putredine, aut fimo coinquinatur. Nec qui ob stagnum uel flumen uicinū nebulosus est. Nec qui editis undiq; montibus in cauo loco cūctus nullum recipit

perflatum. Suffocans enim putrisq; est, similis ei qui in domibus quibuscūq; est inclusus, in quibus ob putredinem, & perflatu defectum, plurimus aceruat sit. Huiusmodi ergo aer omni planē ætati est noxius: sicut ediuerso qui purus omnino est, nullū non ætati est utilis. At uero quæ ex calore, frigore, siccitate, humiditate, diuersitas aeris contingit, non perinde se ad omnes homines habet. Sed corporib. quæ optimo tēperamēto sunt, etiam optime tēperatus aer est saluberrimus. In quibus uero aliqua exuperans qualitas dominat, ijs utilissimus aer est qui ei qualitati maxime est aduersus, frigidus calidæ, calidus frigidæ, humidior siccus, siccior q; par est, tātō humidior, quāto siccitas ipsa modum excessit. Atq; hæc quidem hoc loco intellexisse sat est. Quemadmodū uero incōmoda quæ ex uitiosis aere aquisq; proueniunt, corrigas: alio uolumine dicitur. Nunc em̄ optimum corporis statū, simul cū optima uictus ratione, ceu scopum ac regulam quandam tractare constitui. Quæ enim uitiosa in aliquo corpora sunt, horū uarietates omnes unā cum idonei ipsa uictus ratione in sequētib. libris prosequemur. Quare rursus ad optimi status puerum reuersi, secundum septennium eius explicemus, & cuius tēperamēti sit, & quodnam postulet uictus genus. Ergo temperamētū eius (ut in libris quos de tēperamentis scripsimus, euidenter ostendimus) calidū est eodem gradu quo prius, humidū uero nō eodem. Quandoquidem omne animās ab ipso statim ortu siccit in dies efficitur: minime tamē per omēs ætates aut calidius aut frigidius euadit. Sed quorum optime se habent corpora, ijs calor similis quodammodo usq; ad summū incrementū manet. Quorum uero humida frigidæq; supra optime conditionis corpus sunt, horū calor augetur. Sed non est nunc de his sermo. Cui uero optimi status corpus contigit, is ad quartumdecimum usq; annum iam traditam uictus rationem obseruet: illo tamen in exercitatione seruato modo, ut neq; immodice se, neq; uiolenter exercitet: ne corporis id incremento sit in mora. Laueretur autem calida potius q; gelida, ut qui nōdum hanc citra noxam tolerauerit. Hoc ætatis animū quoq; sinxisse aptissimum est, idq; potissimū probis consuetudinibus, & grauib. disciplinis, quæ animo modestiam pariunt. Quippe ad ea quæ sequente ætate circa corpus eius moliri oportebit, maximo cōpendio sit animi modestia, & ad parendum facilitas. A secūdo uero septennio usq; ad expletum tertium, siquidem ad robustissimū corporis habitum prouehere hominem cupis, aut militem eum strenuū, aut luctatorem, aut alijs uiribus insignem destinans: utiq; de ijs animi dotibus quæ ad scientiam sapientiamq; pertinent, minus laborabis. Quæ enim ad mores spectant, hac maxime ætate perfici absoluiq; cōuenit. Sin corporis mēbra roborare hacenus cupis, dum sanum quendam habitum & incrementū ijs cōpares, animi uero rationalem partem ornare adolescentis studes: non est utrobique eadem

eadem uictus ratio ex usu. Quanq̃ etiam tertiam A quartamq̃ uitæ formulam licet inuenire: alijs for didarum cuiuslibet artū deditis, idq̃ uel ei quæ cor pus exerceat, uel alienum ab exercitio id teneat: alijs ad agriculturam, uel mercaturā, uel tale quip piā se conferētibus, quæ genera tot numero sunt, ut difficile certe uideatur omnes uitæ species cer to numero completi. Ac ars quidem quæ sanita tē tuendam proficitur, omnibus profecto homini bus sanitatis tuendæ documenta pollicet, aut sin gulorū propria, aut omnīū cōmunia; aut hæc qui dem propria, illa uero cōmunia. Veruntamen fie ri nequit, ut de omnibus simul differatur: sed ut primo loco quemadmodum quis ad longissimum prolata uita, etiam bona ualitudine perpetuo uta tur. (Sanē hanc uitā ab omni quod necessitate se B ingerit negotio, liberā esse oportet, ac soli corpo ri uacare.) Secūdo loco, ut de ijs quæ cum arte ali qua, aut opere, aut exercitio, aut ministerio priua to publicoue, in summa, quæ cum premente ali quo negotio cōiunctæ sunt. Sic utiq̃ fieri potest ut de omnibus differatur. Neq̃ enim aliter aut di lucidus, aut memoratu facilis, aut certe methodo traditus sermo noster uideatur, nisi hunc ordinē sequatur. Sed ad id quod primo loco propositum est, reuertendum, docēdumq̃ quemadmodū qui optimū corporis habitum est natus, ab omni bus quæ ad publicum in uita spectant, secedens, ac sibi soli uiuens, nec morbo ullo quoad fieri po test unquam tentetur, nec ante longissimum uitæ tempus morte occupetur. Immortale nanq̃ fieri C quod genitum est, planē non potest: iametsi nostri temporis philosophus quidam in egregio scilicet opere illo in quo immortalitatis uiam docet, id ostendere sit aggressus. Vt uero in plurimum per duret tempus, id uero fieri posse profecto conue nit, præsertim eius qui optima sit natura. Sunt em̃ qui ab ipso ortu adeo improspere corporis sint sta ti, ut ne si Aesculapium quidem ipsum ijs præfe ceris, uel sexagesimū annum uideant. Sed nō est nūc de his locus. Quare ad illū potius qui optimo est habitus, reuersi, repetamus ea quæ inter initia demōstrauimus. Nēpe quod comesse bibereq̃ no bis necesse est, propterea quod ē corpore nostro aliquid semper defluit. Cum uero edendum no bis bibendumq̃ sit, necesse rursus est excernē D dorum curam rationemq̃ haberi. Horum uero cum uariæ sint species, aliæ eorum quæ in uentre perficiuntur, aliæ eorum quæ in iocinore, arterijs & uenis, alię eius quod per singula membra distri buitur alimentū: sanē cuiusq̃ suam esse uacuationē oportet: sicuti id ipsum ab initio instituisse natura uidetur, quæ instrumenta animalibus contulit a lia quæ excrēmēta ipsa expurgent ac separēt, alia quæ deducant, alia quæ in unū colligant, alia quæ excernant. De quibus omnibus tractatum nobis fufius est in ijs commētarijs quos de naturalibus facultatibus, & quos de particularū animalis usu inscripsimus. Nunc hypotheseos loco præsumen da erunt ad ea quæ paramus. Primū nanq̃ excre

Galen.

mentū & à syncero separatur, & paulatim impelli tur per omnia intestina usq̃ ad fatis capax spatiū, quod in eo intestino uisitur, quod ab argumento rectum uocat. Ad cuius exitum musculi quidam sunt inserti, qui ipsum coercent, intusq̃ detineāt, ac ne immature effluat uetent. Postea uero quam plurimū congestum iam graue animali fuerit, tū foras agi sinunt, ad celeritatem emissionis etiā ab dominis musculis unā cū transuerso septo adiuuā tibus. Iocinoris excrēmentorū, aliud est quale qd̃ florem in uino appellant, aliud quale quod fex di citur. Attrahitur alterum à uesicula quæ iocinori subiicitur, alterū à liene. In his collecta, excernun tur, alterum in priorem tenuis intestini partē, alte rum in uentriculū, ab hisq̃ iam per omnia intesti na unaq̃ cū sicciōri alimentū excrēmento permeāt. Quod autē in uenis & arterijs excrēmētum accer uatur, eiusmodi planē est quale in lacte concreto ferū. Hoc renes à sanguine secernentes, ad uesicā transmittunt. Ea porro id colligit, seruatq̃ ad eum dem fermē modum quē de sicco excrēmento su pra retulimus. Quippe adnascit̃ hic quoq̃ ad exi tum ipsum musculus quidā transuersus, qui oscu lum uesicæ ita ad ungtem comprimit, ut inde ni hil effluat. Postq̃ uero huius quoq̃ collecta iam copia animal urget, illico se remittens laxansq̃ statione cedit. Vesica uero omne excrēmētū ex cernit: rursus hic quoq̃ ad celeritatē exitus au xiliantibus musculis ijs qui in abdomine sunt siti. Reliquū excrēmentorū genus in singulis anima lis nascitur particulis ex ipso unde aluntur succor: aliud quidē ceu semicoctæ quæpiā reliquæ, quæ ad simulari nutriendæ parti nequiuertunt: aliud qd̃ transmittendi alimentū fuit uehiculum. Nunc sum ctum officio humidum tenuesq̃ superest, quale ni mirum ferofum illud iam dictum quod ex uasis, id est uenis & arterijs, in uesicam defluit. Huic ex cremento nullus certus à natura præscriptus mea tus est. expellitur tamen partim actū per ipsa mol liora corpora quæ fluentis eius uiolentię cedunt, potissimum cum à spiritu maiore impetu irruēte impellitur: partim etiam per exiguos omnes cor poreæ molis meatus, πρὸς Græci uocant: quo rum non modo reliquum corpus uniuersum, sed etiā tota cutis plena est. Dictum autem nobis de generatione horum est in libris quos de tempera mentis edidimus. Ergo tenuissimum huius gene ris excrēmētū facile sanē eijcitur, partim in spe ciem halitus ab insito calore solutū, partim uiolē to motu confertim erūpens. Appellat̃ uero quod ita excernitur, sudorē. Alterum uero cui nullū pu blice nomen est, quod uidelicet nec uulgo est co gnitū, ut quod conspectū præ tenuitate effugiat: ab ijs qui id ratione contēplati sunt, ὁλνδης ἀδιδῆσι ὁλνδης Græce, id est transpiratio, uel perspira tio, uel persflatus sensum latens uocatur. In hoc in sensibili persflatu etiā crassioris excrēmēti nōni hil excernitur. Huic autem & uehementiore calo re, & fluoris impetu maiore opus est: cum alioqui periculum sit ne ante itineris finē sistatur, saltem

Tom. 2

k 3 ad cutim



ad cutim. Ab hoc excremento tū pilis originem esse ostensum nobis est: tū uero ijs quæ circa omniū cutim semper acervantur sordidis. Ac dicta ferme nobis uniuersa sunt tum generationis, tum etiam expulsionis excrementorū capita: quæ in alijs nostris operib. quorū proxime meminimus, euidenti demonstratione assera, hypotheses opportuna sunt ijs quæ nunc molimur. Nam quoniam ejci hæc oportet, utpote quæ uitiosa qualitate sint, tametsi Asclepiades reclamet: conuenit (arbitror) primū nouisse quibus maxime causis remorentur: dein rationem iniri qua nec in ipsas incidatur: ac si quando inciditur, q̄ primū error corrigatur. Atq; ne incidatur quidem, hinc licet afferamur, utiq; si excreta abunde sint necne, compertū habuerimus, ut uero erratū corrigat, certa methodo est opus. Dicamus itaq; primū à quibus maxime remorentur memoratorū excrementorum singula; mox quo pacto qd̄ retentū est expediat. Ergo ijs quæ in uentre continentur excrementis mora contingit aut ipsius cibi portionisq; culpa, aut ipsius uentriculi unā cū intestinis. Et cibi quidem portionisq; uitio, aut propter qualitatem eorum, aut quantitatem: ad hæc ordinem, utendiq; modum. Et propter qualitatem quidem, si acerba, austera, aut sicca naturæ fuerunt. Propter quantitatem, si iusto plura aut pauciora sunt assumpta. Ordinis culpa, si quæ sicca adstringentiæ uel sunt, primo: quæ humida pinguiā & dulciā, secundo loco sunt sumpta. Modi uisus ratio, si cum his fuit edendum, totum semel sumplerit. Quæ uero uentris intestinorum uel uitium sequitur excrementi mora: uel ob naturalem eorum affectum accidit, uel certe acquisitiū. At quæ quidem naturæ eorum uitio causæ proueniūt, ex prauis corporis habitibus aliqui sunt: sicuti ubi de his agemus, dicitur. De acquisitijs hoc loco agemus. Recētium uentris affectionum octo sunt differentię, singulæ ipso genere intēperies: & quatuor quidem simplices, calor, frigiditas, siccitas, humiditas, quatuor composita, calor unā cum siccitate, idē cum humiditate; frigus adiunctum siccitati, idē cum humiditate. Sanē eō creuisse magnitudinis harū quamlibet oportet, ut iam inualidā reddiderit impultricem uim aut uentris tātum, aut gracilis intestini, aut plenioris, aut etiam omniū simul, aut ex his quorundam. Creantur porro eiusmodi intēperies modo ab ijs quæ intro in corpus sumuntur: modo ab ijs quæ foris incidunt. Et ab ijs quæ in corpus sumuntur, cum in cibo uel potione uis quæpiam medicinalis est immista ex earum genere quæ uel calfaciunt, uel refrigerant, uel siccant, uel humectant, uel unā calfaciunt & siccant, aliā uel quapiā conaexione harum qualitatum afficiunt. Ab ijs quæ foris incidunt, uel ambiētis nos aeris uitio, (cū ijs immodice calfacit, aut refrigerat, aut siccant, aut humectat, aut copula quauis harū qualitatum afficit) uel aquæ qua lauerimus, uel unctiois qua uncti sumus, uel deniq; alterius cuiusquā quod cū foris uentriculo adhæserit, aut calfacien-

di immodice hunc, aut refrigerandi, aut siccandi, aut humectandi uim habuit. His igitur de causis supprimitur excrementum uentris. At flaua bilis excrementū moratur aut propter attrahentis expellentis uel facultatis infirmitatē, aut propter uasorū quibus deducitur atq; excernitur, angustia. Porro infirmitas tum uelliculæ totius quæ iocinori subijcitur, tum eorū meatuū qui ab ea in iecur subeunt, tum eorū quibus in intestinum bilis euomit; ex recenti intēperantia prouenire potest, tali utiq; qualī intestinorū uentrisq; impultricē uim lædi diximus. Angustia uero uasorum aut phlegmones uitio fit, aut propter scirrhos, (hi sunt durities quædā non sensiles) aut obstructionem, aut circūiacentiū partiū innixum, aut osculorū conniuentiā. Iam ipsa proximarum partiū compressio, aut propter immodicā copiā eorū quæ in se continēt, aut propter phlegmonē aut scirrū accidit. Aequæ & osculorū conniuentia, aut propter horum quippiā, aut etiā siccitatem. Porro siccitatem accidere faciunt & quæ ualenter adstringunt, & quæ pariter calfaciunt & siccant. Illa namq; humorem exprimendo, & quæ patebāt contrahēdo cōstringendoq; ac densando, hæc eliciendo per halitum humore siccitatē inducunt. Phlegmone namq; & scirrhus quoniam morbi planē sunt, ad præsentē disputationē non pertinent: & alioqui de ipsis cōmodius agetur in sequentibus. Pari ratione atræ bilis excrementum aliquando sistetur, si lienis ad amaræ bilis uellicā: uena uero quæ ad illū à porta iocinoris pertinet, ad uascula illa quæ amarū excrementū attrahunt: quæ uero ex liene in uentriculum fertur, ad meatum illum qui amarā egerit, proportionē sit affecta. At excrementū quod per singulas animalis particulas congeritur: & copia sui, & crassitudine, & præterea lentore remouatur: ad hæc, ob imbecillitatē calorī qui id dissoluet soluatq; præterea transitus angustiam. Ac copia quidem, crassitudo, & lentor uel ex cibi portionisq; natura prouenit, uel ex recētī quapiam alteratricis facultatis in eo qui nutritur, infirmitate. Imbecillitas uero calorī qui id excrementum resoluat ac tenuet, ab exercitandi defectu prouenit. Angustia transitus aut ob scirrhum, aut phlegmonem, aut obstructionem, aut cōpressum alicuius, aut conniuentiam euenit. Quorum cuiusq; originis rationē paulo ante retulimus. Sunt tamen partes quæ præter latentes hos meatus, alios quosdā apertos & conspicuos obtinent, sicuti cerebrū, & oculus. Id autem institutum à natura est aut propter eminentiam particulæ, aut propter actionem exquisitius obeundam, aut propter cōtinentium corporum spissitudinem. Est namq; cerebrum rationalis animæ ceu domicilium. quod cū osse solidum undiq; sit septum, plurimis maximisq; canalibus expurgatur: primum per nares, & palatum: secundo per utraq; aurem, tertio per caluæ commissuras. Nec ab simile est etiā aliquid ab eo confluere ad oculos. Oculus uero ipse non tanquam primatum aliquē inter partes obtinens, sed uelut qui purus

qui purus esse omnino postulet, quod uidelicet pro be munus suum obeat, per euidentes meatus ei- cit quicquid in eo excremēti gignitur, nempe per nares, genasq;. Ergo excremētorum tum causas, tum instrumenta iam diximus. Quæ quemadmo- dum quis retenta expediat atque euocet, deinceps docendum: initio rursus à uentre sumpto. Ergo il- lud commune omnium excremētorum documen- tum sit, ut retentionis causæ contrariam causam semper admoueas. Speciale uero p singulas hoc, si comestorū paucitate & siccitate restricta ali- uis sit, ut tum plura, tum humidiora exhibeas. Si sic- citate, plura quidem non offeras, sed humidiora. Si austeritate et acerbitate, dulcibus et pingui- bus cibis. Quod si in ordine sumptorum erratum sit, ut eum errorem corrigas. Si cum his edendum e- rat, semel comedit: ut non bis modo, sed etiam sæ- pius pascas. Eodem planè modo & recens contra- ctas intemperies contrarijs remedijs sarcias; nem- pe quod siccatum est humectans, quod refrigera- tum est calfaciens, ac reliquos affectus similis ratio- ne corrigens. Quibus uero hæc fiant: in ijs quæ de medicamentis scripsimus, proditæ materiæ sunt. At flaua bile retenta, siquidem obstructionis cul- pa id accidat, eo qui extenuet uictu utendū: cuius materia singulari uolumine à nobis est tradita. Sin ex compressu id eueniat corporum quæ & eius bilis meatibus uicina sunt, & immodice sunt refer- ta: siquidem ex crassitudine fucci id incidit, exte- nuante uictu est utendū. Sin ex multitudine, præ- sidijs quæ uacuent. Quod si ob phlegmonem scir- rhumue id contigit, iam res sanitatis tuendæ pro- fessionem excessit. Sin propter recens contractam intemperiem quæcumq; uicta qualitas est, hanc re- stituere tentādum. Ad eandem formulam, & con- ueniētiā oscillorum aperire conueniet. Si ab au- steris facta est, pinguius & dulcibus adsumi ius- sis. Sin ijs quæ calfaciunt & siccant, successit, adhi- bitis quæ refrigerent & humectent. Dicitur & ta- lium materia in sequētib; libris. Idem expurgan- di modus etiam tertio excrementorum genere re- tento, quod per singulas animalis partes colligi di- ximus, conueniat. Nam si contracta sint, & tan- quam conniueant meatuū ora, per aduersa ijs quæ sic affecerunt, succurrendū est: nempe quæ ex frigi- dis causis ortæ coarctationes cōstipationesq; carnee molis sunt, ueluti quæ ex ambientis rigore corpo- ribus nostris inciderūt, eas calfaciēdo. Rursus eas quæ calori siccitatq; superuenerūt, ueluti quæ fer- uoribus euenerunt, refrigerando & humectan- do. Pari modo & quæ adstringentium uitio pro- uenire, cuius generis sunt aluminosæ aquæ, has pingui ac molli frictione unā cū dulcis aquæ bal- neo reparando. Quod si uel crassitudinis, uel a- bundantiæ, uel lentoris excrementorum uitio ob- structi meatus sunt: tenuatoria uictus ratio his a- pta erit, præterea medicamenta quæ calfaciunt ac- dissecant, quædam intro deuorata, quæda foris ad- mota: anteq; hæc omnia exercitatio. Nam ea quo- que tum soluere excremēta potest, tum per sudo-

ris meatus efficere, tantoq; tam cibis quàm medi- camentis tenuatibus præstat, quanto latius est nul- lo corporis nostri habitus incommodo exigi quæ- redundant, quàm pariter & carneliquanda, & so- lidis extenuandis. Hæc nanq; incommoda calidis attenuantibusq; medicamentis succedunt. Exerci- tationibus uero adeo nihil tale succedit, ut etiam firmitas quædam membris accedat, cum & natu- ralis ipse calor accēditur, & ex partium inter se at- tritu duritia quædam indolentiæque comparatur. Quemadmodum uero se aliquis debito tempore mensuræq; exercitet, ac singularum actionum or- dine decenti qualitateq; utatur, nunc equidē ex- qui nō statui: sicut nec de alimenti ipsius tempo- re, modo, ordine, qualitate: sed nec de tenuatibus cibis ac porcionibus, nec de ijs medicamentis quæ qualitatem immutāt. Nullius enim horum hæc- nus particularem usum diximus, contenti summa- tim & per capita tantū attigisse. Verum in sequen- tibus libris de omnibus fufius ageť. Nunc in com- pendium redigere totum opus placuit, quatenus nulla materia lateret cuius esse peritū deceat, qui omnem sanitatis tuendæ artem profitetur, hunc *ὁ γυμνασιάρχης* græce uoces, sicuti gymnasten, qui tantum quæ ad exercitationes pertinent, callet, quin Era- stratus quoq; ita eum appellauit. In sequentibus uero uoluminibus dictarum iam materiæ quæ- iusque tum tempus quo exhibebitur, tum qualita- tem, tum usus rationem trademus, ita ut non iam materia tantum sit, sed sanitatis conseruandæ cer- ta causa. Etenim in tribus hisce primis generibus consistit sanitatis tuendæ studium: quæ ac meden- di methodus: nēpe corporibus, causis, signis. Cor- poribus quidem, ijs quæ & sana iam sunt, & eo sta- tu seruari debent. Signis uero, corporum acciden- tibus, ex quibus corpora ipsa dignoscuntur. Cau- sæ sunt ex quibus custodia sanitatis perficitur. Ha- rum materiæ quatuor generibus iumorū probatissimi sunt complexi: ad mouendis, educendis, faciendis, extrinsecus incidentibus. Et ad mouen- dorum quidem nomine, cibus, potio, et siquid me- dicamentorum intro sumitur, etiam aer attractus intelligitur. Faciēdorum uero, frictio, ambulatio, uectio, equitatio, denique omnis motus. Quod si nō quiuis motus exercitatio est, sed solum qui ua- lentior est: adijciatur motui exercitatio, ut sint fa- cienda tum motus, tum exercitatio. Referūt ad hoc causæ genus, somnus, uigilia, & uenus. Ex fo- ris incidentibus primus est circūdatus nobis aer, deinde quæcumq; lauantiū ungentiūmue cuti pro- pinquant, etiam si quod medicamentum sanitatis tuendæ fines nō excessit: ueluti sal, myrta, nitrum, aphronitrum, & aquarū aliquæ sponte natarū, & calentiū. Educendorū uero materia prædicta pau- lo supra est. An uero quatuor illis generibus recte ex aduerso diuisio causarū generis sit facta, non fa- cile dixerim: cum melius fortasse sit ad mouendis, educēdis, faciēdis, & incidētibus, alterari immu- tariq; corpus dicere: mutationē uero aut in quali- tate fieri, aut quātitate. In qualitate, dum aut in ca-

lescit, aut refrigeratur, aut siccescit, aut humectū redditur. In quantitate, dum alitur, aut inanitur. In inanitionem ipsam duplicem quoque esse. alteram excrementorum, de quibus mox diximus, alteram naturalis substantiæ nostræ assidue defluentis, quæ nutritioni ex aduerso opponitur. Notasse hoc loco operæpretium fuerit homonymiam, quam Hippocrates in opusculo de nutritione distinxit his uerbis: Alimentū aliud est quod nutrit, aliud quod quasi est nutriendum, aliud quod nutriturū est. Quippe ei quod prima significatione alimentū siue nutritio est, substantiæ ipsius fluorem recte opponas. Ei uero quod in secunda significatione accipitur, tum hæmorrhagian, id est, sanguinis profluvium, tum uno uerbo omnem sanguinis inanitionē. Ei uero quod tertio significato dicitur, uomitum, & lienteriam, id est, intestinorū leuitatem. Verum de talibus diuisionibus statuere pro arbitrio cuiuslibet ceat. Quisquis autem propositam artem rite administrabit, hunc omnis materiæ quæ ad salubrem uitæ rationem pertinet, uires habere cōpertas esse necesse: quādo hinc demū dexter eius oritur usus. Cōtingit autem dexter eius usus, ubi opportunitū cuiusque tempus ac modum quis inuenierit. Quare huc potius censeo properandum, quam prauis opinionibus refellendis immorandum. Sed quoniam satis uerborum primum hoc uolumen continet, claudetur hoc loco. Quod reliquum operis est, in cæteris exequemur.

## GALENI DE SANITA-

TE TVENDA LIBER SECVNDVS,

THOMA LINACRO ANGLO INTERPRETE.

Rtis quæ de sanitate tuenda instituitur, summas scoposque proximum uolumen edocuit. Nunc singula membratim distinguere tentandum, initio rursum ab ijs sumpto in quibus proximus liber est finitus. Proponat itaque nobis in hoc libro saluberrimæ naturæ puer, qui iam tertium ætatis suæ septennium ingreditur: cuius corpus effingere cōponereque quoad fieri potest quàm optime, propositū sit. Ac primum hoc ipsum definiendum, quid sibi uelit quod adiecimus, optime. Vult autem nimirum illud, Veluti corporum ipsorum numerosa sanè diuersitas tradita est, ita uitæ rationū quibus uiuimus, species sunt diuersæ. Ergo fieri nequit ut in qualibet proposita uita optimam corporis nostri curam administret. Sed quæ cuique optima sit, hæc utique licet. Quæ ab soluto sermone optima sit, in omni exequi uita non est. Nam maxima hominū pars implicitam negocijs uitā agit: quos etiā lædi ab ijs quæ tractant, est necesse: nec tamen mutare conditionem licet. Alij enim per inopiam in eiusmodi uitæ sorte incidunt, alij seruitute, quæ aut a parentibus hæreditariā acceperunt, aut alijs

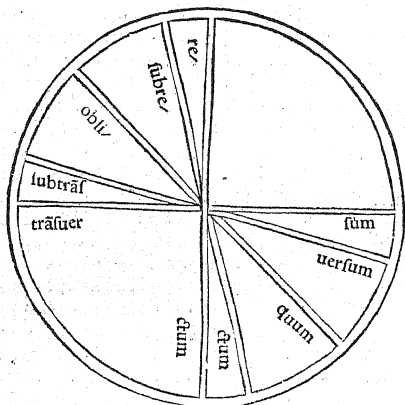
per uim aliquā capti raptiue, quas solas esse seruitutes uulgius existimat. Mihi uero, & qui ambitionis, aut cuiusvis cupiditatis gratia negocijs impositam uitam delegerūt, quo minus corpori curam do uacare queant, ijs quoque seruire ultro dominis, & quidem pessimis, uidetur. Quare his optimam prorsus corporis curam scripsisse, superuacuum sit. Verum si quis planè tum animo, tum uero optime sit liber, huic precepisse fas, quemadmodum & sanitate plurimum fruatur, & morbis minime tentetur, & cōmodissime citraque molestiam senescat. Quinetiam sanitatis tuendæ methodus, sicut alia planè quælibet ratio uiæ, eiusmodi docendi initium postulat. Siquidē quod simplex inculpatūque est in omni genere, id cæteris omnibus, quæ nec simplicia sunt, nec culpa uacant, ceu regula quædam præponi postulat. Sanè simplex inculpatumque in corporibus quidem est quod optimo est habitus in uitæ generibus, quod omnino liberū est. Primum igitur hoc libro duo hæc cōiuncta tractemus. De inde cuique uitioso corporis statui uita libera sit adiuncta. Mox optimæ corporis cōstitutioni, singulæ seruilis uitæ species copulentur. Postremo uitiosos corporum habitus cum seruilibus uiuendi generibus maritabimus, siquidē plenus nobis absolutusque sermo futurus est. Quodnam igitur propositæ artis initium ceperimus ad eius tutelam corporis quod & optimæ sit notæ, & tertium ætatis septennium iam ingressum, & cæteris posthabitis omnibus uni corporis cure uacet? Mihi sanè uideatur id quod ab Hippocrate traditū est tum in Aphorismis, cum ait: Labor cibū præcedat, tum in popularium morborū sexto uolumine, ubi ita ad uerbum præcipit: Labor, cibus, potio, somnus, uenus; omnia mediocria. Nam & modū ipsum singulorum definiuit, addito ad finem dictionis epitheto, mediocria. & tempus eque signauit ipso sermonis ordine. Quippe sanitatis tutelam à labore est auspicandum, quem excipere debent cibus, potio, deinde somnus, mox uenus, in ijs uidelicet quibus uenere est utendum. Nam reliqua certe omnia cuiusque ætatis sunt communia. Venus ætate tantum florentiam est, utique quo tempore etiam eius usus est. Quæ enim hanc uel præcedunt ætates, uel sequuntur, aut planè semen non effundūt, aut certe infecundum aut male fecundum effundunt. Verum disceptatio de uenere, in suū locum differatur. A laboribus uero ordiendum: illo ante omnia discusso, an idem sint labor, motus, & exercitatio: an labor & motus idem, aliud uero ab his exercitatio: an motus res diuersa, labor et exercitatio neutiquā differant. Ac mihi quidem nō quiuis motus exercitatio uidetur, sed tātum si quis uehementior est. Quoniam autē eorum quæ ad aliquid dicuntur, est quod uehementius dicitur: fieri potest ut idem motus alteri sit exercitatio, alteri non sit. Terminus igitur uehementiæ, esto anhelitus mutatio: quādo in quibus nulla sit anhelitus mutatio; hos nondū exercitationes uocamus. Quod si quis maius celeriusue aut crebrius ita ex motu aliquo respirare

respirare cogitur, huic certe tantus motus exerci-  
ratio fuerit. Ea igitur communiter exercitatio uo-  
catur. Proprie uero à loco græce denominatur,  
quem gymnasion ipsi appellant. Is locus est in pu-  
blica aliqua urbis regione extructus, quo ungen-  
di, fricandi, luctaturi, discum iacturi, aut tale quip-  
piam facturi confluunt. Laboris appellatio idē mi-  
hi significare uidetur cū priore significatione no-  
minis gymnasij siue exercitationis, nempe cōmu-  
ni illo quod prædiximus: quippe quum & qui so-  
diunt, & qui metunt, & qui equitat, non laborent  
modo, sed etiam exercitentur, communi saltem e-  
xercitationis appellatione. Et de nominibus qui-  
dem ita nobis determinatum sit. atq; ad hæc signi-  
ficata omnis mihi deinceps sermo inaudiat. Nec  
tamē si quis est qui aliter uti uelit, prohibeo: quan-  
do non huc derecto nominū usu disputaturus ac-  
cessit, sed quemadmodum sanitas custodiri maxi-  
me possit. Ad id uero, cum per cōmodum erat de  
exercitatione, labore, omni deniq; motu distingue-  
re, nominū significatus definire sum coactus. At-  
que exercitationis commoda & si in priore uolu-  
mine tradita sunt, non inutile tamen sit hic quoq;  
paucis ea denuo repetere: quando ea non solū sco-  
pus, sed etiam ueluti iudices sunt omnium quę sin-  
gillatim, in exercitationis arte geruntur. Fuere au-  
tem (arbitror) genere duplicia: hæc quidem ad ex-  
crementorū inanitionē, illa ad euentū, id est \* com-  
modam corporis habitudinē efficacia. Nam quo-  
niam uehementior motus exercitatio est, necesse  
quidem est tria hæc ab ea perfici in corpore exer-  
citando, membrorū duritiem ex mutuo ipsorum  
attritu, genuini caloris augmentum, & spiritus ci-  
tatiorem motum. Sequi uero hæc reliqua omnia  
priuatim cōmoda quæ corpus exercitijs accepta  
refert. Vtique ex membrorum duritia, tum ut mi-  
nus ex labore afficiatur, tum ad labores robur. Ex  
calore, tum deducendorum in corpus ualidum at-  
tractū, tum immutationem magis expungulæ corpo-  
ris partes sint (ut ita dicā) persufæ. Cuius affectus  
beneficio & solida mollescere, & humida tenuari,  
& exiguos corporeæ molis meatus laxiores fieri  
accidit. At ex spiritus ualentiore impetu & purga-  
ri hos omnes meatus necesse est, & excrementa ex-  
pelli. Atqui si exercitatio hæc præstat, haud diffici-  
le sanē sit tempus utendæ eius statuisse. Nam quo-  
niam digestionem in corpus adiuuat, non debet  
cū administrat, crudi incoctiq; cibi aut succi multi-  
tudo uel in uentre uel in uasis contineri, unde pe-  
riculum sit ne prius quā per maturā concoctio-  
nem utilis sit, in omnes animalis partes rapiatur.  
Quoniam uero & exiguos meatus expurgat, &  
excrementa expellit: utilius est ante comedēdum  
eam adhiberi. Siquidē quæ impura corpora sunt,  
atq; ab excrementis parum purgata, hæc quo ma-  
gis nutries, magis lædes. Ex his itaq; patere arbi-  
tror tum esse ad exercitationem commodissimum  
tempus, cum hesternus cibus duplici concoctio-  
ne iam prorsus sit confectus, & ea quæ in uentre,

& ea quæ in uasis sanguinis agitur: ac iam denuo  
cibandi tempus instet. Quod si aut prius aut po-  
sterius exercitatione utere: aut crudis hominem  
impleueris, aut pallidæ bilis prouentum auxeris.  
Sanē huiusce temporis nota, color est uring. Quæ  
enim aquæ speciem præfert, crudum adhuc in ue-  
nis esse indicat succum cum qui à uentre summit-  
titur. Quæ uero rufa billosaq; est, iam dudum co-  
ctum esse huiusmodi succū. Quæ modice pallet,  
peractæ modo secundæ concoctionis est signum.  
Cum namq; bili infecta urina nondū est, aquæ spe-  
ciem alboremq; præfert. Cum uero plus iusto eius  
bilis acceperit, rufa cernitur. Ergo cum mediocri-  
ter est rufa, mediocriterue pallens, tum est exerci-  
tatio adeunda, sed expullis prius excrementis quę  
uel in uesica uel inferiore alio cōtinentur. Vereri-  
dum enim nequid ex his in habitum corporis ra-  
piatur, correptū uidelicet caloris ui, qui per exer-  
citationem accenditur. Ergo si quis posita iam ue-  
ste protinus ad ualentiores motus accedat, prius  
quā totum corpus molliatur, & excrementa ex-  
tenuentur, & exigui carnis meatus laxentur: ti-  
mor est solidarum quampiam ruptum aut conuul-  
sum iri. Timendum præterea est, ne excrementa  
spiritus impetu impulsā prædictos meatus obtu-  
rent. Sin sensim prius calefaciēdo & solidas ipsas  
præmollieris, & humores tenuaueris, & exiguos  
meatus laxaueris, nullum periculum nec rumpen-  
di alicuius, nec obstruendi, exercitatio impēdebit.  
Vt ergo hæc fiant, oportet linteolo totum corpus  
mediocriter fricando prius caliacere, mox oleo  
fricare. Neque enim protinus accedendum ad pins-  
gue censio, ante uidelicet quā cutis incaluerit,  
& meatus laxentur, & ut semel dicam, quā præ-  
paratum aptūque corpus sit ad oleum capien-  
dum. Ei rei satis omnino sunt pauci manuum  
circumacti, qui nullo compressi sint graues, &  
modice celeres, huc demum ueluti ad metam dire-  
cti, ut corpus citra compressum calefaciant. Siqui-  
dem peractis his cernere licebit floridū ruborem  
per totam diffundi cutem. Tum igitur pingue in-  
ducendum, & nudis manibus quæ medium inter  
molle durumq; modum seruent, infricandum: qua-  
tenus neq; coactum constructumq; corpus sit, ne-  
que ultra quā par est laxum remissumq; fiat, sed  
legitimum naturę modum seruet. Infricandum ue-  
ro primo contrectatu blandius, inde sensim paulo  
fortius: eatenus aucta semper ad ualentius frictio-  
ne, quoad iam carnem manifeste premat, citra ta-  
men læsionem, haudquaquā tamen tam ualida fric-  
tione diu utendum, sed semel aut bis in quaq; par-  
te: quandoquidē non eo ad hūc modū fricat huius  
pueri corpus, ut iam duretur, cum id iam ad exer-  
citationē producimus: sed potius quō tum prom-  
ptitudo ad exercitationis functiones excitet, tum  
robur intro reuocet, ac raritas laxitasq; quæ mol-  
lem frictionem consecuta est, confringatur ac co-  
gatur. Quippe medio temperamento seruari hu-  
ius pueri corpus oportet, nec usquam durum mol-  
leue effici, necubi naturale eius incrementū inhi-  
beatur

al. solidarum  
partium

beatur. At procedente tempore, ubi iam adoleuit, tum uero duriorē frīctione utemur, præterea frigida ab exercitādo lauatione. Verum de his post agendum. In præparatoria uero ante exercendiū frīctione, quæ huc spectat, ut corpus molliat, mollis duræq; mediā qualitatem dominari oportet, ac pro eiusdē qualitatis ratione quicquid reliquum est exigi. Variæ autē quāmaxime ex manuum iniectione circumactūq; frīctiones esse debebūt; nec superne modo deorsum, aut inferne sursum adhibe, sed etiam tum in subrectū, tum in obliquum, tum in transuersum, tum in subtransuersum. Voco transuersum, quod recto est contrariū, id græce *ἐντροχον* appello. Subtransuersum uero, quod paululum ab hoc in utraq; partē declinat, quod *συνόχον* dico. Rursus subrectum, quod à recto paululum utroq; uersus recedit. Obliquum, quod recti transuersiq; planē est medium. illud *μεσολόχον*, hoc *λοφόν* græce nomino.



Quinetiam *πρίον* aut *ἀνὰ πρίον* græce dicere, nullum discrimen faciet, modo ne lateat *ἀναπρίον* nomē ueteribus uisitatius, *πρίον* recentioribus magis usurpari. [Nos latine frīctio, frīctio, perfrīctio, promiscue legentiū ueniā utemur.] Variū autem fieri manuum tum iniectionem, tum circumactū uelim, quod uidelicet uniuersæ quoad fieri potest, musculorū fibræ omni ex parte frīcent. Siquidem eius sententiæ esse, quali transuersa frīctio (quam etiam rotundam aliqui uocant) duret, denset, contrahat, & confringat; recta contra rarefaciat, laxet, molliat & resoluat corpora; eiusdem planē inscitia est, cuius cætera quæ plerisque gymnastarū de frīctione traduntur. Nam qui plus de frīctionum uirtute afferat quā quæ Hippocrates in eo libro prodidit, quem *ἐν τῷ πρίον* inscripsit, nemo planē est. Ait enim dura frīctione ligari corpus, molli solui, multa extenuari, mediocri crassefcere. Habent uero se eius uerba adhuc modum: Frīctio uim habet soluendi, ligandi, carnē augendi, minuendi. Nempe dura ligandi, mollis soluendi, multa minuendi, mediocris carnem au-

gendi. Quatuor enim hæ genere differentiæ, ex quadruplici omnis frīctionis tum uirtute, tum usu oriuntur. Quod si mediās quoq; harum quæ unā cum his intelligēdas se exhibent, adnumeres, sex in uniuersum differentiæ existent. Vnde nam igitur plurimis neotericorum gymnastarum succurrit tam numerosas frīctionum differentias prodeire, quas uel numero cōprehendere facile non est. Non aliunde certe quā quod logicæ contemplationis planē expertes, cum proprijs frīctionū differentijs externa alienaq; imprudentes nonnunquā confundunt. Interim etiam illa quibus singulæ frīctiones peraguntur, adiiciunt. Interim tum iustas ipsas inter se frīctionum differentias connectunt, tum uero cum his etiam quas ipsi perperam exco-  
B gitarunt. Cum enim dicant frīctiones inter se distare, quod aliæ sub dio fiant, aliæ sub tecto, aliæ in admista umbra, rursus aliæ in perfato loco, aliæ in tranquillo, item aliæ in calido, aliæ in frigido, aliæ in sole, aliæ in balneo, aliæ ante balneum, aliæ in palæstra; talemq; catalogum faciunt: sanè non proprias frīctionum differentias afferunt, sed ea sine quibus qui frīcatur esse non potest, incalcant: quippe quem necesse omnino est in aliquo terrarum loco esse, præterq; locum, uel æstate, uel hyeme, uel alio anni tempore. Cum uero ita dissidere dicant inter se frīctiones, quod aliæ cum copioso oleo, aliæ exiguo fiant, aut prorsus sine oleo, idq; uel manibus tantum, uel etiam cum puluere, uel per linteam, atque hoc uel asperum, uellene;  
C causarum planē quibus frīctio dura mollisue efficitur, enumerationem faciunt. Ex quo nimirum causarum est genere, & quod ipsæ frīcantium manus duræ aut molles sint; item ualide premant, blandeue sint admotæ. Tertia species quam afferunt ij qui multas frīctionum differentias autumant, inde nascitur, quod omnia iam dicta inter se per coniugationes quasdam copulant. Qui itaque ex his aut externas rerum circumstantias, aut uerarum differentiarum causas inter se copulans, facile deprehenduntur parum recte sentire. qui uero ex proprijs & synchronis differentijs coniugationes necunt, horum non adeo facile deprehenditur error: immo nonnulli sapientiæ quoque laudem retulerunt. Hippocrate ipso plus aliquid inuenisse crediti: quorum est Theon gymnastes, qui rectius quā Hippocrates sensisse de frīctione est uisus. Nam quum is in modo comprehensis uerbis in ea differentia quæ ex qualitate spectatur: mollem & durā; in ea uero quæ ex quantitate, multam & mediocrē collocet; Theon qualitis quantitatisue minime faciendam mentionem seorsum censet, scribens cum alibi, tum uero in tertio Gymnasticorū hunc in modum: De frīctione præcipientes placet quantitates semper cum qualitatibus coaptandas esse. Per se nanque imperfectiores sunt, quā ut aliquis successus ex ipsis pueniat. quippe mollis frīctio pro quātitatis modo triplex opus efficit, pauca em̄ leuiter carnē remittit, ac facile contrectabilē, siue tactu mollem reddit

reddit. multa euaporat, & liquat. mediocris laxa et fluida carne implet. Simili modo dura pro quantitate ratione totidē numero effectus reddit. multa namque adhibita contrahit cōstringitque corpora, & phlegmonae per simile quippiam relinquit. mediocris implet imminuta, & euidenter circumscripta, expressaque, carne. exigua uero in summa cute ruborem ad tempus excitat. Nō censet autem de dura per se & seorsum quicquam gymnastae precipiendum, sed ei quantitatem adiungi debere, si quis paulo commodior ex artis opere successus sit futurus. Pari modo nec de molli per se & seorsum quicquam nunc tradendum existimat. Neque enim adhiberi usquam posse mollem frictionem tātum, & quae nec multa, nec exigua, nec mediocris sit. Deinde memorat quaecumque per coniugationem in corporibus nostris naturaliter efficiunt: utique pauca cum molli remittere leuiter, & mollem red dere, pronūciāns. ubi aliud planē nihil quā quod Hippocrates uerbo soluere significauit, alijs uerbis interpretatur. Quippe laxare carnem, & mollem reddere, quid aliud est quā soluere quae colligata & coacta fuerunt? Adiecit uero sermoni, leuiter, siue quodammodo, non genus actionis immutans, sed quantitatem eius definiens. Mollit enim cum exigue adhibetur eiusmodi frictio; quādo qui dem si amplius sit adhibita, mollit quidem & tūc, ceterum largius. Quod ergo nec magnopere, nec mediocriter, sed exigue remittit, mollitque corpora exigua ac mollis frictio, per uerbum illud leuiter quod adiecit, declarat: ne hic quidem per hoc saltem ijs quae Hippocrates praecipit, quicquam tradens magis amplum: aequae nec cum mediocrem & mollem addere corpori inquit laxā & fluidam carnem. Nam quoniam mediocris, idcirco carnem augebit. quoniam mollis, soluet; hoc est, planē molliet. id quod tātum est ac laxam & fluidam carnem efficere: Erat autem huius officium, sicuti de his recte praecipit, sic & cū de multa simul & molli disputat, non id modo dicere quod halitu digerere ac liquare potest; sed qualem etiam carnem relinquit, apponere. Non enim ritu ignis uniuersam substantiam exhaustit liquatque, sed aliquid omnino relinquit. Id igitur quod relictum est, quale nam deum specie sit, adiectum (arbitror) sermoni oportuit: neque tantum multae frictionis proprio effectui posito, mollis opus omissum. Quod igitur multa euaporat, etiam ab Hippocrate prius dictum est. Verum non absolute de multa Theon sermonem instituit, sed per coniugationem docendum esse censuit, utique à prima auspicatus, nempe exigua & molli: post secundam aggressus, mollem & multam: inde tertiam memorans, mollem scilicet & mediocrem. Sicuti igitur in prima coniugatione & tertia proprium qualitatis effectum non dissimulauit, ita nec in secunda suppressisse eum de cuit, quin hic quoque docuisse multā simul & mollem frictionem non modo euaporare, sed etiam mollem carnem reddere: nisi forte id quod liquare dixit, pro mollire audiendum est. Atque ita qui-

dem uerum sit quod dicit. Ceterum sic nō modo Hippocratis doctrinā non accusat, sed multo maxime confirmat. Etenim si mollis frictio semper molle tenerumque corpus reddit, siue ea exigua, siue multa, siue mediocris sit: tum illi ex quantitate aliquid accedit diuersum: inseparabilis planē à molli frictione erit molliendi facultas: sicuti à dura certe uis durandi, cogendi, cōstringendi, ligandi, densandi, aut tactu duram reddēdi, aut quomodo cumque aliter eandem rem interpretari malis. Quippe primum & proprium nomen ita affectae carnis est duritia, ut eius quae diuerse afficiūt, mollities: quāquam etiam reliquorum quae dixi nominum quo libet uti licet. Et rationem quidem cur tam uarijs nominibus unā interpretari rem liceat, paulo post apponemus. Nunc quoniam controuersa res non est, causam eius ad praesens saltē differamus. Quod autem mollem frictionem necessario consequitur ut corpora molliat, id planē clarum ex iam dictis est. Nam si nec qui multa ea, nec qui exigua, nec qui mediocri usus fuerit, durum unquam corpus reddiderit: perspicuū est molliendi uim nusquam ab ea seiungi: sicuti nec à dura colligandi & durandi: quippe quum hanc quoque siue paucam, siue multam, siue mediocrem adhibeas, nunquam quantitatis illius ratione corpus mollias, sed semper duritati plus minusue adijcias: scilicet uberius perficias, plus parcius uero, minus. Quod si paucis omnino durisque frictionibus contentus fueris, duritia quoque proportionē respondebit. Sicuti enim qui igni se admouit, semper calefit, siue exiguo tempore id facit, siue diu, sed magis qui diutius appropinquat, minus qui breui spatio, minime uero qui tantum accessit: ita in frictione quoque corpus semper pro ratione afficitur: à molli emollitum: à dura, duratum: non tamen pari semper mensura: sed à pluscula magis: à parciore minus: à plurima maxime: à minima minime. Theon ergo quum de molli simul & copiosa frictione disputans, euaporare, liquareque eam dixit, siquidem per liquare uerbum, inanire intelligit: aliud planē nihil significauerit quā euaporare. quare bis idē dixerit, praetermiserit autem quod necessario fuerat addendum, nempe eum affectum qui ex molli frictione in corpore relinquitur. Sin mollire, soluere, remittere, aut aliud quippiam eiusmodi dicere uelit: sic sanē reliquerit quidem nihil: ceterum ea quae Hippocratis sunt, minus idonea de cendi ratione explicasse deprehenditur. Quod itaque eiusmodi docendi modus deterior sit eo quo usus Hippocrates est, paulo post ostendam. Quod uero si liquare pro eo quod est mollire accipit, nihil ijs quae Hippocrates ante praedixit, amplius prodidit: planē manifestum est. Nam quum ille praecipiat mollem soluere, multā extenuare: quis non facile colligat, qui praesertim mentis sit compositus, eam quae ex molli multaque pariter composita sit, extenuare simul ac mollire? Verum nō uidetur ita sensisse Theon: sed quod in primo Gymnasticorū unico uerbo extenuare dixit, id in tertio duobus

duobus extulit, nempe evaporare, ac liquare. Habent uero se eius uerba in primo ad hunc modum;

Contrariarū uero, mollem quidem, si multa sit, extenuare corpora: sin mediocris, carne implere, utiq; delicata & fluida. Aperte em hoc loco mollem simul & multam frictionem extenuare corpora confirmat. Quod autem necesse fuerat non solum multae frictionis proprium effectū, sed etiam mollis tradere: ipse quoq; Theon per ea quae subiicit, ostēdit: in quibus cum de dura praecipit, constringere multam, coarctareq; et phlegmonē simile quippiam parere ait. Quippe quod moderata quantitate adhibita possedit, id copiosius adaucta magis obtinuit. Omīno ergo duram mediocriter adhibitam, dura carne implere fatetur, ita ut eduerso mollem mediocriter adhibitam, ipsam quoque carne implere, sed ea molli. Accidit uero

Theon quum de molli simul & multa frictione sermonem faceret, nullum <sup>†</sup> mollis effectum protulisse. rursus quum de multa simul & dura, nullum dure exposuisset. Nam si liquare, inanire, & digere, pro eodem accipit: de multa quidē aliquid dixerit, de molli planē nihil: quemadmodū etiam in eo quod de dura multaq; scribit, duram quidem constringere, ligare, & phlegmonē aliquid permile facere affirmat, quantitatis uero planē nihil meminit: tamen si par fuerat de hac quoq; aliquid dixisse. Nam illud cōfessus est, si mediocriter sit adhibita, obesitate facere. Quid igitur efficiet multa si supra mediocrem sit adhibita: prorsus enim aut illius affectū tuebitur, aut alterabit. Sed si quidem seruabit, certe multa frictio supra mediocritatē adhibita nihil plus adijciat. Sin plus aliquid efficiet: aut minuet carnē, aut adijciat. Verum si minuet, extenuabit. Si adijciat, carne implebit. Atqui non adijciat carnem, extenuet ergo necesse est. Verum Theon de hac differentia nihil meminit, sed omnino subiticiuit, minime planē definiens extenuetne dura copiose adhibita, an carnē augeat, an seruet eundem quem ex mediocri accepit carnis modū: sed tantum quod constringit coarctatq; & phlegmonae simile quid faciat, confirmans. Conueniebat autem non hoc modo dicere, sed etiam quod emaciat. Apparet ergo Theonem aut Hippocratis artem hoc loco non intellexisse, aut hominem laudare noluisse, qui tam breui sermone omēs nō solum differentias frictionum dixerit, sed etiam uinulcuiusque opus & uires. Nam qui transeunter, ueluti canis Nilum, uerba eius delibat, quatuor eum duntaxat meminisse arbitretur, Verum non ita se res habet: immo alias duas necessario in ijs quas dixit, subauditas insinuauit, in qualitatīs differentia: durā, & molliq; mediam, quae nimirum mediocris est, in ea uero quā quantitate accipitur, exiguam: quādo exiguam aliquam necesse est copiosā esse contrariam. Porro antiquae interpretationis formula ita est breuis, ut nō pauca sepe ipsa saltem dictione praeterire uideatur, quae tamen necessario dicta ipsa sequuntur. Quamobrem (arbitror) etiā enarrationes scribimus, quae ueluti pra-

cant ijs qui parum exercitati antiquae dictionis celeritatem assequi non ualent: ueluti in hoc ipso loco facimus. Si namq; dura ligandi, mollis soluendi uim habet: quae supra modū soluta corpora sunt, ea duriter planē fricanda sunt, contra quae constricta sunt, molliter. [quae modice se habēt, nec molli ter] nec duriter, sed, quatenus fieri potest, utroque declinato extremo. Egregius uero uidelicet Theon primū in eo fallitur, quod necq; mediocris qualitate frictionis uires tradidit, neque usum: sed semper ita praeterit, tanquam nulla sit. Verum de hoc paulo post agemus. Sicuti uero in ijs differentijs quae in qualitate spectantur, non solum dura mollisq; consistunt, sed etiam media: ita & in ijs quae ex quantitate ducuntur, non solum multa & pauca, sed etiam media noscitur. Cur igitur in ijs quae ex qualitate trahuntur, mediam omisit Hippocrates; in ijs quae ex quantitate, exiguā? Temere id fecisse uideri fortasse cuiuspiam potest: oportere enim in ijs quae cōpendio tradantur, summis inter se cōtrarijs res definire: quod horum medium sit atq; mediocrem, trāsire: utpote quod ex summis ipsis ultro sit noscendum. Ipse igitur tum hoc docere, tum senis sententiā clariorem reddere conabor, rem planē hoc loco non necessariā, cum quae stitōes id genus in enarratorijs libris soluere soleā. Sed quoniam semel huc descendi, ut pro Hippocrate imperitis istis respondeam, in quibus ipsi falsi recte praecipientem calumniantur: non pigebit hoc quoq; adiecisse. Cum igitur duo sint toto genere inter se diuersa atq; diluēcia: si modo id quod facit, ab eo quod fit, genere dispescitur: frictiones quidem ex eorū numero sunt quae faciunt: qui uero ab his in corpore relinquuntur affectus, ex ijs quae fiunt. Quare contrarietates quoq; alias in frictionum genere, alias in affectuum qui ab his proueniunt, necesse est statui. In frictionū genere tum duram & mollem, tum multam & paucam. In affectibus uero & eam quae ueluti colligatio & solutio corporum est, & gracilitatē ac crassitudinem. Ac prior quidē affectuū contrarietas ex priorē frictionum cōtrarietate nascitur: secunda non item. Euenit enim in hac, ut gracilitas proveniat ex multa, carnis incrementū ex mediocri, quippe pauca augēda carni nondū sufficit: quod uidelicet id quod carnis incrementū accipiet, & sanguinis moderato accessu, & ualida uirtute eget. Quorum utrumque mediocris frictio cōmode praestat: pauca neutrum, nec abunde, nec satis. Quoniam igitur non in idē coibāt frictionum affectionumq; contrarietates: coegit uero cum cōpendiaria docendī ratio per contrarietates positas sermonem absolueret: utiliore cōtrarietate accepta, minus utilem consulto omisit. Porro utilior ea est quae in affectibus, quā in frictionibus spectatur. Idq; duplici ratione asseritur, una quae ab artis fine sumit. (quippe frictiones ad corporis affectum ceu finem diriguntur, finis enim ijs quae praese, semper est praestantior: quanto nimirū id cuius gratia, ijs quae ipsius gratia fiunt.) Altera quae à claritatis ratione accipitur

† Als. 2. πολ  
λός. id est,  
multa.



accipitur. intellectus namque multæ & mediocris effectibus, facillimū est exiguæ opus contueri. Nō perinde tamen mediocris frictionis perspicua uis est. Quinetiam tertiū hoc ipso de frictionibus sermone bellissime docuisse Hippocratem inuenias. Præcedere namque eorum doctrinam oportet quæ liquido peragi cernuntur, sequi uero eorū quæ minus liquido & obscure: idque siue de his expressis uerbis scripseris, siue lecturis ea intelligenda relinquas. Est uero euidentē atque in aperto mediocris frictionis opus, ipsum scilicet carnis incrementum: obscurum uero paucū: quippe quæ nec auget, nec minuit carnem, nec omnino euidentis aliquid uidetur efficere, nisi quæ parū calfacit. at id omnis frictionis cōmune opus est. Quare cū neque euidentis aliquid efficit, & quod facere uidetur, propriū eius nō est, sed omnis frictionis cōmune: nō sine causa est (ut arbitror) omīssa. Quod igitur omnis frictionis calorē accendere cōmune opus sit, nō satis quod ab Hippocrate prodatur, dignū præceptū est. Quid uero quæque frictionis propriū efficiat: id ut Hippocrati necesse tradere, ita nobis certe utile erat discere. Reductis em̄ ueluti in elementa simplicibus differentijs, uniuersam frictionū rationē absoluit, quæ admodum carnē adiciat, quæadmodū detrahas, quemadmodum corpus molliat, quæadmodum cōstringas. Cum his unā protinus se promittit tum media earum opera, tum ea quæ per coniugationem faciunt. Media, cum neque ligare corpus, nec soluere, nec carnem augere, nec minuere studemus. Quæ per coniugationem, cum uerbi gratia pariter colligare, & carnem addere. Quis enim non uideat, cum duram carnem adijcere corpori uolumus, frictionem durā unā cum mediocri modo esse petendam: ueluti cum mollem addere studemus, frictionem mollem & quantitate mediocrem adhibendam, & per alias coniugationes ad portionem? Quas nōnulli gymnastarū tanquam sua ipsorum inuenta tradentes, dum Hippocratem accusant, ipsi uehementer delinquant: & quæ eum qui de his primū præcepit, merita laude fraudant: & quod cum eius inuēta sibi tribuant, etiam (quod atrocius multo est) calūniari hominē non dubitant. Accedit quod nec simplices differentias apte inter se alternāt. Decuerat enim (arbitror) eū qui recte ad particulares cōplexiōes descendere uoluit: nec uniuersas senario numero cōprehendere, ueluti Theon facit: nec aliquod eorū propriū uel quantitatis uel qualitatis opus omittere: quemadmodum in mollis simul & multæ, opus mollis: in duræ simul & multæ, effectū multæ prætermisisse eum ostendimus: sed has quoque adieciisse, & particulares cōiugationes nouem fecisse. Quippe tres quæ a qualitate frictionum sumuntur differentie, si eas tribus quæ a quantitate ducuntur, iunxeris: nouem coniugationes effeceris: sex quæ a Theone sunt positæ in ijs quæ paulo supra memorauimus uerbis, & tres quæ ab eo sunt prætermisæ dū mediam mollis duræque omisit: quanquam ne intelligere quidem neque mollem frictionem neque du-

ram fas est ut non simul intelligatur & mediocris. Cui si tres quantitatis differentias iunxisset, nouem ita uniuersas frictionum differentias effecisset, non sex. Eas ipse nunc in descriptione exponam, in qua duorum uersuum qui superne deorsum pinguntur, priorem, qualitatum intelligi uolo; secundum, quantitatum.

Dura	{ Pauca
	{ Multa
	{ Mediocris.
Mollis	{ Pauca
	{ Multa
	{ Mediocris.
Mediocris	{ Pauca
	{ Multa
	{ Mediocris.

Nouem harum quas descriptio cōplectitur coniugationū, cum Theon sex primas tradidisset, reliquarum trium certe non meminuit, ipse secū manifestissime pugnās. Si enim exiguæ ac multæ media quædam est, quam mediocrē uocamus: etiam mollis duræque altera certe media erit, quam mediocrem moderatamque apelles. Sanè meminisse per omnem sermonem conuenit, hæc omnia in respectu collationeque dici: quando quæ huic dura est, alteri pro molli sit. & quæ mediocris, immodica, & quæ pauca, multa, & quæ alij multa est, aliter quodammodo affecto sit pauca. Hoc uero & Theon fatetur. Nec fieri sanè potest ut qui mediocrem in quantitate frictionem præterit, non longe aberret. Ac mihi quidem uidetur Theon inde adeo in hunc errorem lapsus, quod Hippocrates de ea frictione subtrixit: adeo ut hinc deprehendatur nihil proprium & suum de frictione Theon protulisse, sed perperam Hippocratis inuenta tractasse. Non enim a pueris statim orsus, & sub præcepto re, senis scripta perlegit: cū fateatur ipse primum athleta fuisse, deinde hoc exercitio deposito ad Gymnasticen se contulisse. Atque hæc mediūsdicus nō quod hominem uituperem apposui, quem alioqui inter primos gymnastas censeo, sed quod ista lecturos doceam haud facile esse ueterum libros intelligentia cōsequi, si desint qui ea curiose enarrent. Nam quod ex priscæ breuitatis dignitate fuerit duræ mollisque frictionis mediam silentio præterire, id ante a nobis iam dictum est. Quod autē talia a nobis præteriri non debeant: id quoque & ostensum prius est, & nūc nihilo secius ostenditur. Si enim tam mollis frictio quam dura in respectu collocationeque nō solum subsistentiam, sed etiam intelligentiam sui habet: etiam mediocrem in simili respectu collationeque constitui necesse est. Finge ergo tale esse corpus, quale propositi nobis in hoc libro pueri esse præsumpsimus, sanum prorsus, & omnis excessus mediū, ita ut neque molliorem hūc effectum uelimus, neque duriores, sed nec carnis eius modo adiectum quicquam, detractum ue. Num igitur ita se habenti corpori, aut duram, aut mollē frictionem admovebimus, aut etiā multā, aut mediocrē? Ego planè quālibet harum



his uerbis: Deligatio partim ipsa sanat, partim fa-  
nantibus subseruit. Ipsius igitur frictiois effectus  
sunt & q̄ rara densat, & mollia durat: dura uero  
hæc esse omnino postulat. præterea q̄ dura mol-  
lit, & densa laxat: hæc cōtra mollis sit oportet. Pa-  
ri modo & quæ carnis augēdæ minuēdæ ue causa  
suscepta est, utraq̄ p̄ se utile aliqd corpori cōfert.  
Quæ tamen ad exercendū corpora præparat, item  
quæ post exercitationē adhibetur, hæc exercitatio  
nibus subseruiunt. Illa modice calfaciēdo tenues  
meatus recludens, & simul excrementa quæ caro  
continet fluxilia reddens, & solidas emolliens: ap-  
pellant autem hi huiusmodi frictionem, præpara-  
toriam. Altera *ἐξερκτική* Græce dicitur. la-  
tine recursoriam ad uerbum appelles: hæc cum  
pluisculo oleo administrata, simul pinguetudine  
humectat, et solidas emollit, & quæ in halitus mea-  
tibus cōtinentur, euaporat. Verum de hac post di-  
cemus, cum de exercitatione egerimus. Sed præ-  
paratoria frictio in optimi status natura calfacien-  
di corporis causa suscepta, prout supra traditū est,  
fiat molliis primū, mox uero exercitationē aggres-  
suro dura: ita nanq̄ maxime & molli re poterit, &  
ad exercitationes excitare, & corporis naturā qua  
lem ab initio accepit, seruare. Quod si quid aber-  
ratum sit, ad durū id potius spectet. Nam qui bre-  
ues à modo recessus sunt, ij cute tenus finient, nul-  
lo interiorū alterato. Minus uero lædes ipsa cutis  
si ad durū simul & densū recessus à modo sint pro-  
pensi: quippe ita iniuriæ minus opportuna fiet. A-  
deo si transpiratio per huiusmodi cutim facilis ef-  
fet, densissimā eam durissimāq̄ efficeremus. Nūc  
quoniā ad utrumq̄ munus probe esse cōparatam  
oportet, & excrementa quæ intus condunt, per ha-  
litum emittenda, & foris propinquantium uiolen-  
tiā tolerandā: utilissimus sane fuerit medius inter  
utrumq̄ excessum modus. Qui si aliquando fortasse  
nō seruabit, melior utiq̄ fuerit q̄ ad durius densū  
usq̄ pertinebit, q̄ qui ad mollius laxiusq̄. Nam  
transpirandi defectū exercitio sarcire licebit. alte-  
rius uero affectus uitium, quod est ad externorū in-  
iuriā opportunitas, neq̄ alias corrigi facile potest,  
affertq̄ præterea cōiunctum incōmodum nō par-  
uum, euaporato subindenō excremento modo, ue  
rumetiā ipsius corporis nutrimento. Ergo in ijs dis-  
ferentijs quæ à qualitate sumunt, aberrare satius  
est uersus eā quæ durior est, q̄ eam quæ mollior.  
In ijs quæ à quantitate ducunt, in proposita saltem  
natura & ætate siquid delinquitur, uersus id quod  
minus est, id esto. Semper enī eius in presenti di-  
sputatione meminisse oportet, augendi cuiusmodi  
corpus, haudquaq̄ siccandi studium esse proposi-  
tum. Quas uero corporū naturas, et quomodo af-  
fectas amplius fricandū sit, postea dicemus. Nunc  
ad propositam materiam reuersi, de mensura ipsa  
frictionum agamus ad eundem modum quo paulor-  
ante de qualitate egimus. Cōuenit autē hoc loco ut  
prius q̄ mensurā definio, alterius cuiusdam æsti-  
mandi mentionem faciam, sine cuius notitia men-  
surā ipsam nec definiuisse recte licet, nec nouisse.

Galen.

A Est uero quod æstimandū cenſeo, aeris qui frican-  
dum corpus continebit, temperies: quam utiq̄ in  
re ipsa monstrare licet: explicare oratiōe aperte ita  
ut interpretatiōis euidentia nihil desit planē non  
licet, sed est prorsus inexplicabilis. Verum si nō a-  
deo multū orationi de rei euidentia desit, abunde  
fuerit. Præcedit uero hanc & alia quædā confide-  
ratio: nempe quo anni tempore, & in quonam or-  
bis loco exercitandum statuemus. Duo enim ha-  
ctenus de eo tantū definita sunt, corporis status,  
& ætas. Vbinam autem aut altus haectenus fuerit,  
aut exercitandus nunc sit, aut quo anni diei ue  
tempore, nihil sanē cōstitutum est: quanquam pro  
harum certe cuiusq̄ ratiōe, mediocritas frictionis  
est uariāda. Ergo ad ea quæ haectenus statuta sunt,  
hæc quoq̄ definienda sunt, utique potestate inter  
initia operis iam tradita, non tamen interpretatio-  
nis luce clare explicata. Dicēs enim ueluti regu-  
lam quandam omnium quæ post dicēda erant, po-  
siturum me hominem eo corporis statu quo que-  
ri non possit: obiter nimirum etiam regionem ho-  
minis potestate definiui: cum nec optimo tempe-  
ramēto, nec irreprehensibili omnino membrorum  
modulo corpus ullum in ijs regionibus quæ à tem-  
peramenti modo recesserunt, gigni possit: sicuti  
tum ratio docet, tum experientia commonstrat.  
Quippe sicci, graciles, & ueluti torrefacti in æstu  
olis tractibus homines fiunt. Rursus frigidioris  
plagæ incolæ, inæquali temperamento uiuuntur,  
ut quibus exteriora frigeant: interiora atq̄ in his  
uiscera, immodice caleāt. Sanē optimum corpus,  
de quo nūc sermo proponitur, ueluti Polycreti re-  
gula est: cui in nostro situ, utpote probe tempera-  
to non pauca similia uideas. Apud Gallos uero,  
Scythas, Aegyptios, Arabas, ne per somnū qui-  
dem tale usquam est uidisse. Nostræ autem regio-  
nis, quæ in latitudinem non paruam extēditur, id  
quod in medio habetur, optime sanē temperatum  
est: cuiusmodi patria Hippocratis est. Etenim ea  
tum hyeme tum æstate mediocrem temperiem ex-  
hibet: uere autem & autumnō multo magis. Eius-  
modi igitur locum cum corpori proposito dede-  
ris: anni quoq̄ tempus ueris mediū ipsum dabis.  
Esto uero & dici in qua nobis exercitandus pri-  
mum est, maxime, quoad fieri potest, ipse meridi-  
es: quo uidelicet naturalis temperamenti eius uis  
ab ambiente nullo pacto mutetur. Eadem exigit  
ratio, ut ne domus quidē in qua exercitandus est:  
ipso præsertim die calidior frigidior ue sit q̄ publi-  
cus totius urbis aer. At æstate atq̄ hyeme talis uel  
arte præparandus est: nempe hyeme calidior, æsta-  
te frigidior: quō uidelicet exacta temperie corpus  
frictionis tempore fruatur: quando si iusto calidi-  
or frigidior ue domus fuerit, in calidiore illico su-  
dabit, in frigidiore neq̄ caleſcet prorsus, nec molli-  
etur unquam, nec floridum ruborem ostēdet, nec  
in tumorem attolletur. Sunt nanq̄ duo hæc, ru-  
bor & tumor, in aeris temperie, & corporis statu  
temperato, mediæ frictionis notæ. Veluti enim si  
calidam infundas, primum quidē corpus intus  
mescit

Tom. 2

l 2

mescit

mescit: si largius infundas, decūbit; (ideoq; & Hip-  
pocrates de his aiebat: Primū quidem attollitur,  
deinde sit gracile.) ita frictio quoque attollit qui-  
dem primum, postea contrahit, ac molem depo-  
nit. his ergo qui carnis augendæ causa fricantur,  
tunc planè finienda frictio est, cum corpus & in-  
tumuit, & ad summum ferè tumorem peruenit.  
Qui autem ad exercitandum iam præparantur: ijs  
minime id tempus operiendum, sed longe prius de-  
sistendum à frictione est, potissimum cum optimi  
temperamenti sunt, & ætate adhuc pueri. horum  
namq; tum humidum corpus est, tum tenerum, ac  
paucis frictionibus mollescens. Præparatoriæ ue-  
ro frictionis meta finisq; est, ut solidæ partes mol-  
liantur, humida soluantur, & corporis exigui mea-  
tus laxentur. Quis uero frictionum esse debeat nu-  
merus, definire sanè oratione non est; ceterum qui  
his præficitur harū rerum peritus, hic primo qui-  
dem die minus exacta exquisitaq; coniectura ute-  
tur: sequenti uero die, ubi iam experientiam ali-  
quam adolefcētis est adeptus, magis exactam cer-  
tamq; habebit. Quinetiam de exercitatione ipsa  
primo certe die mensurā ad unguem definire non  
potest; sequentibus deinceps omnino potest. Sun-  
to igitur hic quoq; notæ: Primo quidem die cum  
adhortanti incitantiq; ad exercendum, non perin-  
de obsequitur, sed segniore, & minus tū frequen-  
tes, tum decentes, ac (ut semel dicam) minus ua-  
lentes tum colluctatoris sui apprehensus, tum mo-  
tus obit. Porro expedit neq; paulo animosiores  
esse qui exercitatur, ut lassis iam uiribus etiam ex-  
ercitari aueat; neq; ignauū, q̄ integris adhuc uiri-  
bus laborē tamen detrectet. Est uero profecto ta-  
lis non corpore modo, sed etiam animo, quē nūc  
educandum suscepimus: quandoquidem quibus  
frigidus succus in uentre, aut in toto corporis ha-  
bitu collectus est, ij segniore, et ad motionem sunt.  
Pari modo & qui plethorici, id est, qui succis æ-  
quabiliter se habētibus nimis abundant, & quos  
recens frigus afflixit, ij & ignaui sunt, & ad mo-  
uendum pigri. Iam his etiam magis ita sunt affe-  
cti quicunq; natura frigidiores sunt: sicuti etiā his  
ipsis lōge magis, quorū frigiditati etiā humor est  
adiunctus, hi namq; quātītatis exercitadi notas cor-  
rumpunt. Sicuti ediuerso qui calidiori tēperamēto  
sunt, siue id proprie naturæ spōte eueniat, siue ab  
accerfio quopiam affectu: hi & animosi sunt, & cer-  
taminis auidi, & ad actionē plus q̄ expedit prom-  
pti. At quibus nec corpus calidius frigidiusue est,  
nec animus omnino facēs ac demissus, aut cōten-  
tiosus gloriæue precupidus, et ad actionē præceps:  
ijs modi exercitationū indicia integra manent, ille-  
scq; seruans et primo statim die, et multo magis p-  
cedēte tēpore. Si em̄ qd̄ inter initia suffugit: id ex-  
perientia ipsa edocet, ad exactā notitiā perueniet.  
Non aliter & cibi modus ad certā coniecturā per-  
ducitur: qui tamen ab initio definiri nullo pacto  
potest. uerum quotidiana experientia, cum recor-  
datione quantitatis tum cibi, tum exercitationū,  
eo etiā qui huic præficitur, nihil non solícite ob-

seruante, sed semper ut tantum ciborum post tan-  
tam exercitationem concoxit, recordante, prope-  
modum ad exactā scientiā intellectū tempore per-  
ducit. Hæc igitur omnia etiā deficientibus ab opti-  
mo statibus cōmunia sunt: de quibus agere non  
dum statuimus. Ceterū optima natura, quæ hic no-  
bis est proposita, mensuras omnium manifestas ob-  
tinet: ut quæ nec animi moribus, nec corporis in-  
temperie, dictorum quicquam obturbet immutetur,  
sed frictionis, exercitationis, ciborum, ac som-  
ni mensuras aperte indicet, ac tum primum quod  
libet horum respuat, cum eius ultra non egeat.  
Quare fuerit hoc quoq; ei qui tali corpori præfici-  
tur, nō minimus modi index: dico autē ipsam ad sin-  
gula quæ agi debent, alacritatē: ceu materia ipsa in  
optimo corporis statu modū sibi met præscriben-  
te. Etenim qui optima natura sunt, & iam ad exer-  
citationem frictione præparant: tum demū ad ex-  
ercitadū prodibūt, cum toto iam corpore abun-  
de emolliti excafactiq; sunt. Exercitando quoq;  
tum primum grauatiū mouebūt, cum satis ex-  
ercitati iā fuerint. Iam à cibo & potu tū primū ab-  
stinent, cum satis se impleuerint. Quare nullus in  
hoc homine metus est nequando aut iusto plus la-  
boret, aut iusto plus cibis se ingurgitet, si naturæ  
sue impetus sequatur. quo fit, ut neq; prorsus pe-  
ritissimum sibi præfici is postulet, sicuti omnes de  
quibus postea sermo erit, deterioris notæ homi-  
nes. quippe sanū corpus ipsum sibi ipsi omnia in-  
uenit proprio naturæ suæ impetu directum: maxi-  
me si in ijs quæ ad animū pertinent, recte sit educa-  
tum. Nam multi in malis moribus à pueris educa-  
ti, in desidīa & intēperantia uiuentes, bonitatē na-  
turæ corrumpunt: sicuti contra nōnulli uitiosam  
corporis naturā sortiti, temperantia uitæ & appo-  
sitis exercitijs naturæ uitia mutarūt in melius. Sed  
de horum quidem [siue exercitationibus] siue eti-  
am operibus sequens liber totus componitur. De  
ijs qui optimo corporis statu sunt, & qui sanitatis  
tutori auscultabunt, in hoc libro agere statuimus.  
Ac præcedens quidem de his sermo, ad exercita-  
tionum mensurā usq; est progressus. Superest er-  
go ut de generibus eius disseramus. Genera exer-  
citationū uoco luctam, pancration, pugillatū, cur-  
sum, & alia id genus: quorū alia tantū exercitatio-  
nes sunt, alia non exercitationes solum, sed etiam  
opera. Exercitationes sunt tum hæc ipsa quæ di-  
cta modo sunt, tū præter hæc quæ Græce dicuntur  
ἡ πνικίλη, ἡ ἐκπαινεύλη, ἡ σκυμαχία, ἡ ἀγρο-  
χηρική δαί. Atq; hæc mox descriptione exponent.  
Præterea saltus, disci iactus, tum corico, folle, pi-  
la uel parua uel magna, & per alteres corpus fati-  
gare. Exercitia simul & opera sunt cū fodit quis,  
cum remigat, cum arat, cum uites putat, cū onus  
gestat, cum metit, cum equitat, cum armatus pu-  
gnat, cum iter facit, cum uenatur, cum piscatur,  
cum alia quæcunq; homines uel opifices uel non  
opifices in uita usus causa exercent, facit, seu do-  
mos edificet, seu naues, seu ferrariā arariam ue fa-  
stigent, seu aratra pangant, seu tale aliquid pacis  
belliue

belli ut instrumentum fabricent. Horum autem ple-  
risque est quando ueluti pro exercitatione tantum  
utari. Quippe triplex in uniuersum ipsorum usus  
est, cum interim operis tantum causa usurpentur:  
interim meditationis, sed quæ ad usum futuri sit ope-  
ris; interim pro exercitatioe tantum. Quippe ipse a-  
liquando hyeme deprehensus in agro, tum ligna finde-  
re, tum hordeum in pila cōtundere ac deglubere  
exercendi corporis causa sum coactus. quæ nimi-  
rum agrestes quotidie pro opere faciebant. De ho-  
rum igitur ceu operum usu, in sequentibus: ceu ex-  
ercitorum, nunc tractabimus. Nullum namque id ge-  
nus exercitium aut perpetuum diem obitur, aut  
alio tempore quæ ante cibum. Seruari uero tum mo-  
dum exercitationum in his oportet, tum uocatam  
apothepian. Quod si etiã idonea frictione usus,  
ad ea quis accedet, iam omnes exercitationis num-  
eros impleuerit. de his igitur omnibus scientem  
esse conuenit eum qui sanitatis tuendæ officio u-  
tetur, quem *ὑγιαίνων* Græce uocant. Licet enim eum  
(ut ante dictum est) aut sic Græce, aut gymnasten,  
aut medicum uoces: prima tamen appellatio ma-  
xime propria est, reliquæ per abusum. Nam si ar-  
tifex quisque ab arte quam tractat, deflexum sortitur  
nomen: patet eum qui *ὑγιαίνει*, id est, sanitatē tuen-  
dam proficitur, merito *ὑγιαίνων* appellandum: ita  
nimis, ut qui *γυμναστικός*, id est, exercitationi tan-  
tum præest, gymnasten: & qui morbis medetur, me-  
dicum. Quod si quis hunc ipsum uel gymnastē uel  
medicū pro *ὑγιαίνων* appellasse uolet: tum a parte to-  
tum, tum uero nec proprie nominabit, sed abusi-  
ue, uel ambigue, uel quodcumque aliter dixisse uelis,  
appellationē faciet. Huius rei causa est, quod cum una  
sit ars quæ corpori tuendō præsideat: unicuique ei pro-  
prium nomen non est. De quibus omnibus uberius  
singulari libro egimus, quæ Thrasybulus inscripsi-  
mus. Ac genera quidē exercitationum sunt ea quæ  
diximus: qualitas uero, seu differentia (nam & hæc  
quoque utroque modo appellare licet) uelocitas, tar-  
ditasque mouendi sunt: præterea quod aliud robustum, a-  
liud (ut ita dicā) imbecillum est: ad hæc, uehemen-  
tia, & leuitas. Utendi uero rationes omnium prædi-  
ctorum generum una cum differentiis propriis huius-  
modi sunt. Nam aut perpetuus motus est, aut inter-  
cursus. & si perpetuus, æquabilis, aut inæquabilis.  
Sic intercursum, aut certo ordine, aut citra ordinē.  
Hæc igitur utendi rationes ab ipso negotio capiuntur.  
Quæ uero ab ijs quæ extrinsecus sunt posita, dicti-  
tur, eiusmodi sunt, quod aut sub dio exercitatio fit,  
aut sub tecto, aut in mista umbra, quæ *ὑποστυμνίον*  
Græci uocant. Item quod aut calens locus est, aut frigi-  
dus, aut media temperie. Præterea aut planus siccus  
aut humidus, aut medio modo attēperatus. Simi-  
liter ille quoque utendarum exercitationum rationes  
quædam sunt, quod cum puluere exiguo multo ue usur-  
pentur, item quod cum oleo exiguo multo ue, aut eti-  
am sine utroque administrantur. Quoniam ergo  
enumerata à nobis uniuersa sunt quorum peritum  
esse oportet qui sanitatem tuendam proficitur, ad  
ipsa nunc exercitationum genera non intempesti-

Galen.

ueredibimus. Ac primum docebimus tum quid  
omnibus sit commune, tum quid singulis proprium:  
hinc frictionis ipsius tempora definemus. Ergo o-  
mnis exercitationis commune illud est, quod ani-  
mal ipsi ex ipso caloris argumentum excitat. Quip-  
pe calefiunt corpora nostra & balneis, & calidarum  
aquarum lauacris, & cum per calidiores tempesta-  
tes insolamur, & cum igni fouemur, & cum cali-  
dis medicamentis perfricamur. Cæterum ab ex-  
terno est omnis eiusmodi calor adscitus, nec de pro-  
prio principio, sed aliunde accensus auctusque. Exer-  
citando uero, insiti caloris augmentum animalibus  
ex ipsorum corporibus excitatur. Atque is omnium  
exercitationum communis effectus est, proprius  
tamen earum effectus non est, si modo & iratis, et  
perturbatis, & pudore affectis naturalis etiam ca-  
lor augetur: quanquam ira haudquaquam auctus,  
sed ueluti feruor est caloris in corde. Itaque etiam  
essentiam eius uel probatissimi philosophorum ta-  
lem esse affirmant. Quippe accessorium iræ est, non  
eius essentia, ultionis appetentia. Verecundis au-  
tem augetur insitus calor, dum primum intro se re-  
cipit uniuersus, deinde postquam in alto corporis  
est collectus, & ex ipso inibi congestus, & ex affi-  
duo motu incrementum capit. Non enim quiescit  
pudore affectorum spiritus, sed tum ab interno,  
tum circa se, una cum toto sanguine uarie circum-  
agitur, ita plane, ut spiritus eorum qui perturban-  
tur. Dicitur autem in progressu latius de omnibus  
eiusmodi animi affectibus. Ad præsens enim pro-  
pterea quod commune symptoma tum hos ipsos  
affectus, tum exercitationes excipit: dum omnis ex-  
ercitatio communem esse natui caloris auctum osten-  
derem, idque de externo, & à se, non tamen solis ex-  
ercitationibus inesse, sed pariter dictis modo affe-  
ctibus, coactus sum obiter & de his meminisse. Itã  
singulas exercitationum seorsum persequi tempesti-  
uum uidetur: illo præsertim prius significato, quod  
in his quoque complures differentia inueniantur.  
Quippe interim aliam partem, aliud alio magis ex-  
ercitium fatigat. Et quædam lente motis sunt,  
quædam ocyllime agitatæ, & quædam robore ac-  
nixa adhibitis, quædam sine his: ad hæc, quædam  
cum robore pariter & celeritate, quædam languidi-  
de. Ac quod uiolenter quidem sine uelocitate ex-  
ercetur, *ἄσθενος*, id est, ualēs uoco. quod uiolenter &  
cum celeritate, *σφοδρὸς*, id est, uehemēs. Violenter  
autem, robusteue dicere, nihil refferat. Fodere ergo,  
ualens robustaque exercitatio est. Simili modo &  
si quis quatuor simul equos habens coerceat: im-  
pense robusta exercitatio est, non tamē celeris. Tum  
si quis maximo onere sublato aut eodē loco mane-  
at, aut paululum procedat. Iam acclius inābulatio,  
huius quoque generis est. Attolluntur enim eo mo-  
tus genere, & ueluti onus sustinentur ab ijs quæ pri-  
mum mouentur, reliqua corporis membra uniuersa.  
Præterea si quis per funem manibus apprehen-  
sum scandat, sicuti in palestra pueros exercet qui  
eos ad robur præparat: quinetiam si quis fune arre-  
pto, aut etiã pertica, sublimis ex ea pēdeat, ac diu

Tom. 2

I 3

teneat

teneat: robustum is ualidumq; laborem exercet, ci-  
tra tamen celeritatē. Ita uero & si quis manibus in  
pugnum reductis, iisdem prolatis, uel in altū sub-  
latis, diutissime eodem habitu consistat. Quod si  
adhibitū quēpiam deducere sibi manus iubeat,  
nec tamen ipse remittat; uel impēsius hic tum mu-  
sculos omnes, tū neruos ad robur cōparat, ut quo-  
rum maxime propria sunt omnia id genus exerci-  
tia. Idq; multo certe magis fiet, seorsum si quis sum-  
mis manibus, utraq; apprehenso pondere (cuius  
modi sunt qui in palestra alteres dicuntur) porre-  
ctis his, aut in sublime erectis, eodem habitu per-  
sistat. Iam si etiā cuipiam iusseris ut te uiolēter de-  
trahat, inflectatq; dum ipse nō manibus modo, ue-  
rum etiā cruribus spīnāq; constās inflexusq; resi-  
stas; non leuē ad membrorū robur exercitationē  
obieris. Sanē hoc genere Milonem ipsum exerci-  
tasse se ferūt, dum aliās conuellere se mouereq; de  
loco uolenti permitteret (uerū hęc crurū maxime  
exercitatio fuerit): aliās, utiq; si manus exercitan-  
das curabat, pugnū aperire iuberet. Idem (ut aiūt)  
malum puniū, aut tale quippiam manibus cōple-  
xus, auferendum cuius prębebat. Hęc igitur exer-  
citia maximi roboris tum ostentationē, tum exer-  
citationem cōtinent. Robur aut partū tum exer-  
cet, tum uere firmat, et si quis alterum complexus  
medium, aut etiam ipse medio cōprehensus, mani-  
bus digitisq; pectinatim iunctis, aut quem cōple-  
ctitur, absoluerē se iubeat, aut ipse se ā cōplecten-  
te soluat. Ita etiā & si quis alterū qui uersus ipsum  
se inclinet, ā latere aggressus, illa manibus cōple-  
xus, ceu onus aliquod sublatū inuicem protēdat,  
reducaturq; ac magis si dum gestat, ipse nutu renu-  
tūq; corporis utatur: sic nanq; spīnam uniuersam  
ad robur comparauerit. Aequē uero qui pectori-  
bus ex aduerso innixi, magno se conatu inuicem  
retrudunt. Etiam qui ā ceruicibus pendentes, de-  
orsum trahunt, ad robur pręparant. Caterum ta-  
lia omnia exerceri citra palestram, aut copiosum  
puluerem queunt, quocunque conculcato loco  
erectis ac stantibus. Quę uero luctantes inter se  
moliuntur, cum robori augendo student, hęc aut  
puluerem altum, aut palestram desiderāt. Ea sunt  
eiusmodi; cum uterque luctantium ambobus cru-  
ribus alterum alterius crus complectitur, deinde  
manibus inter se collatis, altera ceruici uiolenter  
incumbat, utique quę ē regione impediti cruris  
est, altera brachio. Licebit & circa summū caput  
manibus iniectis uiolenter retrorsum se agat ac re-  
uellat. Eiusmodi lucta, utriusque luctatoris robur  
exercet; quemadmodum & ea quę altero alterum  
cruribus cingente, uel ambo per ambo mittente,  
sunt. Nam hęc quoq; utrumque ad robur prępa-  
rant. Infinitę alię eiusmodi robustę exercitatio-  
nes in palestra sunt. Quorum nimirum omnium  
peritiā usumq; pædotriba callēt, ipse sanē sic ā  
gymnaste diuersus, ut ā medico coquus. quod ip-  
sum quoq; ad perpensionē æstimationemq; se of-  
fert. At dictum quidem iam de hoc est in eo libro  
qui Thraſybulus inscribitur. ceterū dicemus & nūc

quod satis ad præsentem sit disputationē: uerum  
si prius exercitationum uarietates absoluerō. quā-  
rum quę robustę sunt, quasq; *δυνάμεις* Græci uo-  
cant, dictę iam. Superest ut de ijs dicamus quę ce-  
leritate peraguntur, citraq; robur & uiolētiam. Id  
genus sunt cursus, & umbratilis armorum medi-  
tatio, & cum duo summis manibus concertant,  
*ἀκροχρυσμὸς* Græci uocant. tum quę per corycū  
& pilam exercitatio sit, utiq; cum ā distantibus &  
currentibus administrat. Eius generis est & quod  
*ἐκπλεθρῖς* Græci dicunt, & quod *πυλῖς*. Est  
autem *ἐκπλεθρῖς*, cum in plethro, id est, in sexta  
parte stadij quis prorsum retrorsumq; uicissim,  
idq; sepe, in utranque partem sine flexu cursitans,  
unoquoque cursu breue quiddam de spatio de-  
mit, quoad denique in unico gressu confiterit. *πυλῖς*  
uero, si quis summis pedibus ingrediens,  
tensas in sublime manus, hęc antrorsum, illam re-  
trorsum celerrime moueat. Hoc uero exercitiū  
to maxime ante parietem stantes uti solent: quō,  
si quando aberrent, facile pariete apprehenso eri-  
gantur. Sed sic exercitatorum ut error magis la-  
ret, ita exercitiū ipsum fit imbecillius. Celeres  
uero motus sunt, citra tamen uiolētiam, & qui  
in palestra eduntur, circūuolutis humi nobis uel  
solis, uel cū alijs. Licet autē & erectis, tum circum-  
actis, ac uelo citer propē adstantē mutantibus, ce-  
lerem exercitationē peragere. Potest & solis cruri-  
bus, idq; erectus, ac uno loco consistens celeriter  
exerceri: subinde quidē retro tantū resiliens; inter-  
rim uero crurum utrumq; uicibus referens. Quā  
& per manus exercitatione celeri tantundē ualen-  
te uti datur, idq; citra ullos alteres; utiq; si frequen-  
tię celeritatēq; motus earū impense incumbas: si-  
ue has in pugnum ductas, siue explicatas manu.  
Ac eiusmodi quidem celeris exercitatio est, in quā  
bus dixi speciebus cōprehensa. Reliquū est ut ad  
uehementem ueniamus. Ea uero sicuti prædictū  
iam est, ex robusta celeriq; composita est: quando  
quas robustas diximus, ijs omnibus ut uehementi-  
bus uti licet, motus modo celeritatē adijcias. Nō  
in postremis uero uehementes hęc sunt, fodere, di-  
scum mittere, saltare, idq; continuato sine inter-  
missione opere: similiter graue quoduis telum ia-  
culari, cōtinuatis sibi quā maxime iactibus; aut  
grauī armatura tectum celeriter agitari. Et qui a-  
liquo quidem talium exercētur, intermittere pau-  
lulum solent. Atq; hoc loco inter assiduam inter-  
polatamq; exercitationem differentiam noscas li-  
cet. Quas enim modo retulimus, uniuersę moru-  
la interposita magis usurpari solēt, ac potissimum  
quę labores operaq; sunt, nedū exercitia, ut fossio,  
& remigatio. Quę uero remissiores exercitatioes  
sunt, ex sine interposita quiete magis fiunt, ueluti  
cōtinuatus diu cursus, quem Græci *δολιχὸν* uo-  
cant, & iter facere. Hęc igitur omnia exercitationū  
genera sunt, quę & modo dictas differentias habēt  
& supra has q; alia lumbos magis quā brachia  
cruraue exercent, alia spīnam totam, aut pulmo-  
nem tantum, aut thoracē tantum. Quippe itatio  
cursusq;

cursusq; , crurū exercitationes sunt: acrochirilini, & sciamachia; , brachiorum ac manuum propria. Lumborum autē, assidue se inclinare, acursus reuocare: idq; aut pondus aliquod à terra tollentem, aut assidue in manibus sustinentem. Sunt & qui depositis ante se alteribus, ulnæ intervallo distantibus, postea medijs ipsi stantes, inclināt se, atq; attolunt dextera quidem cum qui ad sinistram facit, sinistra qui ad dextram: tum rursum utrūq; in suum locum referunt. Atq; hoc identidem deinceps faciunt iisdem uestigijs insistentes. Hic uero motus transuersas spingit partes magis exercet, sicuti prior illerectas, Thoracis uero et pulmōis maxime respirationes propriae exercitationes sūt. Maxima uero uox supra iam dicta, uocis quoq; instrumenta omnia permouet. quorum enumeratio in ijs quæ de uoce edidimus, habetur. Quoniam autē huc producti sumus, non alienū si de omnibus animalis partibus tradere, & quæ motus euidentes, & quæ leues & obscuros obtineant: quæ rursus à se mouentur, quæq; ab alijs. Quippe eiusmodi discretio non paruam commoditatem gymnastica afferet ad omnia animalis mēbra mouenda, aliās à se, & propria uirtute: aliās ab alijs, & per alienam. Quæcūq; em uoluntate suscipiuntur actiones, eæ musculorum neruorumq; , & quos aliqui tendones, græci *νευρας* uocant, propriae sunt. Eadē tamen si maiore ui & celeritate fiunt, primum quidem & maxime dictas iam partes, ex accidenti uero etiam arterias exercent. cum prædictis uero ossa, uenæ, carnes, ligamenta, & cæteræ omnes animalis partes unā mouentur. Reliquorum uero motuum qui in animalium corporibus noscuntur: quicūq; non communi uoluntate suscipiuntur, sed uel naturales sunt, uel pro animi affectibus edūtur, duplices hi genere sunt. alij em cordis & arteriarum, alij uenarum & iocinoris actiones sunt: atq; horum quidem primum & maxime: secundum loco reliquarū omnium partium: quando quidem quatuor naturalibus facultatibus omnes gubernantur. Ac arteriarum quidem cordisq; motus nūquam sanè omnino intermittuntur: cæterum magnitudine, paruitate, uelocitate, tarditate, & uehementia, uariè intenditur atq; remittitur, idq; multis ex causis: quas omnes in opusculo quod de pulsuum causis conscripsimus, per censui. nunc summa tantū capta delibasse sat erit. Vna igitur mutandi pulsus causa est naturalis caloris auctio, diminutioq; . Altera causa est quæ ex animalis spiritus mutata quantitate spectatur. Tertia, quæ ex firmitate infirmitateq; naturalis uirtutis accipitur. Quarta, quæ ex instrumenti ipsius malo affectu asstimatur. Verū de hac differere non est huius loci. Iam enim ægroter animal necesse est in eiusmodi affectibus: cum reliquæ omnes pulsus mutationes etiam in sanis spectentur. Quæ igitur ex auctio diminutioq; naturali calore mutatio oritur, ea pro anni tempore, nutrimento, potionē, balneo, frictione, somno, & uigilia, itemq; animi affectibus, & actionibus uoluntate susceptis, incidit. Quæ uero ex animalis spiritus

alteratione nascitur, ea pro motus qui uoluntate consilioq; initur (*καὶ ὁρμη*, græce uocant,) differentijs uariatur. Quæ ex utriusq; firmitate infirmitateq; oritur, pro substantiæ ipsius cordis & arteriarum bono cōtrariōue temperamento contingit. Porro uenarū opus unā cum alijs instrumentis uni uersis quæcūq; natura ad alimenti dispensationē excogitauit, pro cibo potioneq; , tum uero pro distributionis in corpus, & cōcoctionis, & nutritiōis ratione uariatur. Huius uero mutationis artēriæ quoq; participes sunt. Qui uero motus, actiones nō sunt, horum triplex diuersitas intelligitur. Alij nāq; animantibus ex seipsis insunt: alij extrinsecus adueniunt: alios medicamenta proritant. Et ex se quidem animalibus insūt ij quos ante memorauī. Extrinsecus uero accedūt qui nauigādo, equitādo, aut gestādo siue uehiculo, siue lectulo pēdente, siue cunis agitatīs præstantur, siue per nutrīcum ulnas, ut infantibus: extrinsecus præterea aduenientū & frictio sit. Nonnulli tamē motus missi planē sunt, ueluti equitatio. Non em ut in uehiculis, præsertim in quibus stratus quiescas, ita etiā cum equo insideas accidit ut à gestāte tantū agiteris, ipse nihil agas: quin spinā erectā sustinere, tum utrūq; foeminibus equi coltis firmiter hærere, & crura extrēdere oportet, etiā ante p̄spicere. In quo non modo uisus, sed etiā collū laborat, præcipue tamen uiscera hoc genere agitantur. Porro ea salientibus quoq; atq; dimouentur: uerū ijs qui uehiculo gestantur, non æq;. Quare si quis uiscera quæ sub septo sunt, mouere uiolentius uelit: & prædictos labores adeat: & præterea ad frictionem quæ per circuniectā fasciā administratur, accedat. Statuatur autē oportet is qui fricat, à tergo: qui modo in dextrā, modo in sinistram manus iniiciat: accedente apprimenteq; has ipsas partes ipso qui fricatur. Sanè concutunt nonnihil ea quæ sub septo uiscera sunt, et maximæ tū respirationes, tum uoces: parī modo efflatus & qui per se fiunt, & qui cū cohibito cōpressoq; spiritu tum in tibiā r̄ sono tum uoce adhibentur. Iam ipsa spiritus cohibitio, exercitatio quædā musculorū est, non minus certe eorum qui in abdomine, q̄ qui in thorace insūt. Verum de hac post agetur, utpote quæ supra alia quæ modo retulimus commoda, etiam aliam gratiam non leuem præstat: cuius nimirum causa ad finem eam exercitationis adhibemus. Verum ad propositum redeundum, nempe q̄ non pauci ex ijs motibus qui partibus animalium accedunt, nec partium ipsarum actiones sunt, nec earum actiones sequuntur: sed ab alijs & per alia perficiuntur: ueluti in uehentibus, nauigantibus, perficandis, purgandisq; per medicamēta tum uomitoria tum aluum ducentia sit. Verū eiusmodi motus, huius de tuenda sanitate artis non est. Reliqui omnes & potissimū ij qui ex frictione fiunt, in primis necessarij cognitioni huius artis prædidi sūt: quippe ad cuius professionē spectat omnium motuum uires nouisse. Sicuti (reor) ad opifices ipsos spectat singulos particulares motus nosse. Hi nāq; uarietatem quæ in materia



materia est, norunt: Gymnastes uirtutis singulorū A  
scientiam habet. Etenim si quis me iubeat ut hoplo-  
machicos, id est armorum meditationis motus, uel  
aliū doceam, uel ipse concinne peragam: sanē u-  
numquemlibet eorum obire cōmode nequeā. At  
sicui me hoplomachicorū cum agit adhibeas: non  
modo quam uim obtineat actionum quolibet, sed  
etiam quam maxime partē exercitet, omnibus il-  
lis certius norim. Immo uero (si uerum ingenue fa-  
teri oportet) hoplomachicus nullius earum uim  
reddat. Qui exercitationum artem probe callet, is  
omnes nouerit, singulas ad certos referens fines.  
Namque aut uiolentā quedam sunt, grauesque, ac ro-  
bustā: aut leues, celeres, & concitatae: aut pariter  
uiolentā & celeres. Has igitur obiter dum agi cō-  
spicit, statim uisus facile dignoscit: atque hoc ampli-  
us quanam crura, brachia, uel thoracem actio ex-  
erceat: quae lumbos, caput, spinam, uel uentrem:  
quae demū aliam quāuis partem egregie prae-  
ter cetera fatiget. Hoplomachicus enim apte numerosque  
motus peraget celeres fortasse, robustos, ac gra-  
ues: ceterū quod densent aut emacient eiusmodi mo-  
tus, parum nouerit. Pari modo nec quod carnem au-  
gent & rarefaciunt motus tardī. Iam idem robuste  
simul & tarde et grauius mouebitur, nec tamen quod  
istiusmodi motibus corpori robur & grauitatē ac-  
quirat, intelligit. Aurigandi quoque peritus omnes  
motus particulares numerose apteque & ad usum  
cōmodissime explicabit: sed qui horū corpus ema-  
ciant, aut carne impleant, robustum, uegetū, mol-  
le, durū, dēsū, rarūue efficiant, omnino ignorat. C  
Ita & qui pila exercere instituit, (σφαριστικὸν υο-  
cāt) omnem pilae iactum exceptūque callet: minime  
tamen quem corpori affectū hī comparent, nouit.  
Pædotriba quoque quicquid in palæstra motuum  
geritur, pernouit: quid quisque motus efficere que-  
at, ignorat. Et (ut semel dicam) omnes homines,  
artifices iuxta inertesque, quos corpore motus ex-  
ercent, eorum ignorant uires, saltatores, nautes, fa-  
bri tum materiarij, tum ferrarij, piscatores, agrico-  
lae, aedificatores, sutores, omnes denique qui quid-  
uis moluntur. At gymnastes ex ijs quae ante retu-  
li principijs, cuiusuis actionis, etiam eius quā nūc  
primum, nec ante, conspexit, uim tenebit: ueluti  
statim saltantium praeuegeti motus. in quibus ni-  
mirum quod maxime saluum, ac celerrime circumactū  
uertuntur, & genu prius posito mox emicant, &  
crura tum attrahunt, tum maxime diuariant. &  
summatim, in quibus ocylissime mouentur, graci-  
le, musculosum, durum, cōpactum, praeterea uege-  
tum corpus reddunt. At remissi tardī & languidi  
motus, non solū non eiusmodi corpus quale nunc  
diximus faciunt, sed contra si natura musculosum  
& uegetum sit, diuersam omnino affectionē indu-  
cunt. Quod igitur mox diximus pædotribam ita  
esse gymnastae ministrum, ut medicū coquum: id  
nunc quoque ostensum est. Quippe coquus betam,  
lentem, aut ptisanam aliā alia ratione praeparat:  
nec tamen quod praeparauit, quam uim obtineat  
intelligit, aut quanam praeparandi ratio censenda  
sit optima. At medicus nihil horum ita ut coquus  
parare est potis: uerum quicquid praeparatum sit,  
eius uires probe callet. Ergo gymnastes propositi  
nobis adulescentis, utique qui optimū corporis sta-  
tum est fortitus, omnium quidem exercitationum  
uires pernouit: deligit uero ex omni genere quod  
moderatum mediūque inter utrumque excessum est.  
Nam neque celeris tardēue exercitationis optimus  
status eget, sed planē mediocris ac mediā. nec rur-  
sus uiolentā & uehementis, nec remissā & lāgui-  
dā: immo in his quoque mediocriter optimū est: quā-  
do non alterare, sed planē seruare optimū corpo-  
ris statum conuenit. Siue igitur armis eiusmodi a-  
dulescentem exercitare gymnastes uelit: peritissi-  
mo totius meditationis armorum adscito, eum om-  
nes sibi promere actiōes iubebit. mox ipse eliget,  
ac discernet, imperabitque quibus earum saepe, qui-  
bus raro, quibus mediocriter, quibus aut nunquā,  
aut semper exercitari eum uelit: quippe quem late-  
re non potest quae quodque membrum exercitatio  
magis agitet, quaeue cuiusque exercitationis quali-  
tas facultasue sit. Siue solli pilaeue exercitare stu-  
det: hic quoque rursus tum genus, tum qualitatem,  
tum modū actionis inueniet: ipso solli pilaeue pe-  
rito, pro ministro adhibito, quod illi omnē eius ge-  
neris actionum materiam indicet. Nam ipsius pro-  
priae cuiusque artis materiae, gymnastes, quā gym-  
nastes, omnino est ignarus: uerum ubi semel inspe-  
xit, non solum qualitatem, sed etiam uim eius proti-  
nus intelligit. Quamplurimos enim ipsi ex ijs qui-  
bus imbecilliores quaedā corporis particulae erāt,  
unde crebris in his urgebatur morbis, unius gym-  
nasticae ope restitimus: neque tamen omnes pro-  
prijs exercitationibus, sed siue quis saltator erat,  
siue hoplomachicus, siue pancratiastes, siue lu-  
ctator, siue alio quouis genere exercitatus, iussu  
eo magisterij sui motus coram promere: mox ap-  
positissimis unā cum tempore & modo delectis.  
Verum de correctione id genus, procedente tra-  
ctatu agemus: ea scilicet operis parte in qua de ui-  
tiosis corporū statibus disceptabitur. Nunc opti-  
me cōparato corpori suum statum tueri proposui-  
mus. Porro huic ex omni genere mediocritas ad-  
hibenda est, frictiōe, exercitatiōe, balneo, cibo, sō-  
no, ita ut nec durior illi, nec mollior habitus corpo-  
ris reddatur. Quippe hic ab extrinsecus imminen-  
tibus facile ostenditur: ille corporis inhihet auctū.  
Praeterea nec densior, ne uidelicet in carne excre-  
mentorū aliquid hareat: nec rarior, ne quod est salu-  
bre effluat. Simili modo, siquidē optimo habitu e-  
rat, nec solito gracilior, nec crassior: cū cōstat graci-  
litatē externis iniurijs, crassitudinē ijs quae interne  
ab ipso corpore pueniunt, esse obnoxia. Pari mo-  
do neque calidius, frigidius, siccus, uel humidius ef-  
ficere eiusmodi corpus expedit, siquidē inculpato  
tēperamento erat. Vnū igitur est quod in ita se habē-  
te corpore est spectandū, nempe in omni tuēdā sa-  
nitatis materia, quod conueniens mediocriter est.  
Porro id est inter utrumque excessum planē mediū.  
Quemadmodum autē huius maxime sis compos,  
supra iam

supra iam dictum est. Ceterum de ijs quæ maxime necessaria sunt, uel sæpius meminisse non sit profecto inutile. Prima ergo dies crassiorem cōiecturam præbebit, secunda uero, tertia, quarta, & reliquarum quaelibet, pro ratione magis exactam. Quippe in prima die omnia tibi pro dictis iam scopis sunt peragenda. Exuat se, sicut Aegimius præcepit, ubi in lotio iam perfecta cōcoctio cernitur. Mox frictionis ratio huc spectet, ut membra molliantur. Docebit id tum floridus color, qui in summa cute relidebit; tum artuum flexibilitas, habilitasq; ad omnem motū. Post hæc exercitetur, dum & corpus intumescit, et color illi floridus apparet, & motus præpote, æquabiliter, & concinne edit. Inter hæc uero sudorem cum calido uapore mistum cernes. Inhibenda uero exercitatio tum primū est, cum aliquod horum fuerit mutātū. Quippe si cōtractior paulo corporis moles uidebitur, desistendum illico est. si em̄ ultra quid pergat, etiam boni succi non nihil educetur; atq; ita tum gracilius corpus fiet, tum aridius, atq; ad incrementum minus habile. Non minus profecto & si coloris gratia ualescat, cessandum est: quando si exercitationē cōtinues, frigidum corpus efficiēs, & nimium exhauries. Iam motuum alacritas, æquabilitas, uel concinnitas si remitti quippiam collabiq; cernitur, uti que statim desinere conueniet. Idem si in sudore accidat ulla qualitatis eius quantitatisue mutatio; quippe quem & copiosum magis, & magis incalente ēdi par est, prout motibus uehementiæ plus accesserit. Cum igitur is aut minor intelligitur, aut C

frigidior, tum scias digeri exhauririq; corpus, præterea refrigerari ac siccatum plus iusto. Quo magis solícite attendendum exercitando corpori est, ut cum dictarum iam notarum quaelibet apparet, p̄tinus cesset. Nec tamen protinus lauatum ablegandum est, sed summam exercitatiōis intentionem, quam ἀνάλυσις grece uocant, remittere sistereq; iubebitur. Quod si illa cohibendo anhelitu implere uelit: perfundi oleo, atq; apothera ut deinceps debeat. Porro ea cuiusmodi res sit, simul qui sint in ea scopi, & quæ mensura, præterea quibus absoluat tum moribus, tum frictionibus; sequenti libro monstrabitur. præsentem em̄, utpote satis uerborum habentem, iam cōmode uideor finiturus: si modo illud unum adiecero, lauacrum quod omnino medio temperamento sit, ad propositam gratem naturamq; esse eligendum. Propositum nāq; est, si recte meminimus, tertiū à natiuitate septēniū, id est quod inter quartumdecimum ac unum & uigesimalum annos interuenit. Quo utiq; frigidata lauati adolescentem adhuc nolum, ne incremento eius (cui plurimum est cōsulendum) sit in mora. Vbi uero iustam magnitudinem impleuit, etiam de frigida lauatione aliquid dispiciemus. Si miliratione & de exercitationibus quæ in pulvere obeuntur, exquiritus in sequenti sermone agemus. In præsentī illud nouisse satis erit, ne puluere quidem huic opus esset: modo illi in qua exercitabitur, domus ad eum modū quem inter initia præ

A cepimus, præparata sit. Verum si calidior sit, tum puluere utendum. At eo si utetur, omnino erit lauandum. Sin non utetur, liceat & illotum dimittere, præsertim hyeme. Post hæc uero & quæ ad cibum, potionem, somnum, ambulationemq; pertinent, coniectanda huic sunt qui adolescenti præficatur: & in sequentibus à nobis dicentur. Verum fieri non potest ut modi horum primo saltem die ratio illi exacta constet. secundo, ubi exploratū habuerit quomodo post quot exercitationes nutritus adolescens sit: si propriū naturæ habitus prorsus seruare uiderit, eodem seruato modo tum nutrit adolescentem, tum exercitabit. Sin non seruauerit: quacumq; ratione à pristino habitu est lapsus, reducere eum mutata mensura tentabit: itaq; facere non desistet quoad in singulis peragendis exactum modum definierit. Quorū uero, & qui sint præter naturam lapsus, ac quemadmodum quemlibet tum agnoscere, tum reparare conueniat, in sequenti opere docebitur.

## GALENI DE SANITATE

TVENDA LIBER TERTIVS

THOMA LINACRO ANGLO  
INTERPRETE

M Edicorum gymnastarumq; qui de sanitate tuenda prodiderunt, alij omnium hominum cōmunia præcepta tradiderunt, nihil usquam cogitantes de corporum nostrorum per species differentia. Alijs dissidere inter se corpora nostra nō paruo discrimine, placuit: eorum tamen differentiās, ceu cōprehendi planē uniuersæ nequeant, consulto omiserunt. Pauci omnino qui per species & genera discernere sunt aggressi, plura perperam q̄ recte scripserūt. Nos primo statim uolumine quot numero species humanorum corporum sint indicauimus, promissimusq; singulis propria tuendæ sanitatis præcepta seorsum tradituros. Orsi autem sumus ab eo corporis statu in quo queri de ullo naturæ uitio non possit. Quoniam aut̄ is homo negociorum interdum occasione, uel sponte, uel inuitus pro secundæ ualitudinis præceptis uiuere prohibetur: satius uisum est primum eum liberum, suæq; planē spontis, ac unī corporis ualitudini uacātem, proponere. Ac quemadmodum quidem educari eiusmodi hominē conueniat, primo libro docuimus, ad quartumdecimum usq; annum curam eius persecuti. Secundo qua ratione ad uirilē ætatem duci debeat, indicauimus: ubi longior sermo incidit, postquam in cōmunia artis capita deuenit, sine quibus nede proposita quidem grate naturæq; exacte differere licebat. Omnes em̄ tum frictionis, tum exercitationis differentias enumerauimus, non mehercle particulares, (nisi sicuti has exempli causa non necessitas referre ex usu fuit) sed quæ genere ac specie sunt distinctæ. Ergo in frictione

frictionibus quidem quam mollis duras & ante has mediocris facultatem obtineant, interpretati sumus. Adiciamus & differentias quæ à quantitate sumuntur, numero tres: mox quæ ex coniugatione harum oriuntur: omnes in toto numero nouem; etiam potestate singularum exposita. In exercitiis uero enarratis quænam acuta ueloxque uocetur, quænam hebes tardas, ac quæ harum mediæ primasque natura saltem sint, itemque quæ ualēs ac mollis, præterea grauis leuisque, quæque harum sunt mediæ, simili modo tractatis, docuimus optimum corporis statum per omnia quæ mediocria cōuenientiaque sunt, quæque eadem mediæ planè excessuū sunt, agi debere: idque tum in frictione, tum exercitatione, tum balneo, tum alimento, omnibus denique quæ salubrem uictus rationem cōplent. pollicemur sumus sicuti de frictione exercitationeque fecimus, ubi in genera quædam cōmunia speculati onē reuocauimus, quod simul recordari facilis, simul certa ratioe uiaque tradita doctrina esset: ita & in reliquis omnibus facturos: ac primum quidē de ea quam apothēriam uocant, acturos; quandoquidem ea proximo loco tractando in superioribus est proposita. Quippe ubi quousque intendere auge regque exercitatio oporteat, quod ad sanitatis rationem pertinet, præcepimus: finem quoque sequi debere diximus apothēriam. de qua nūc agamus. Est igitur primum ea genere duplex, Altera quidē exercitatiois ceu pars, altera eius ceu species. Ac de ea quidem quæ ceu species censetur, post dicemus. De ea uero quæ ut pars habetur, nūc agendum. Omnis exercitatiois probe peractæ postrema pars apothēria dicitur. Ea duplici cōsilio suscipitur, & ut excrementa expurget, & ut corpus à lassitudine tutum reddat. Prior causa etiam exercitatiois cōmunis est: quando eius quoque duplex omnino propositum est, & ut solidas animalis partes firmet, & excrementa expurget. Proprius tamē apothēriæ scopus est, ut lassitudinem quæ succedere immodico exercitio solet, sinimoueat atque prohibeat. Ac athletis quidem, [ & alijs qui opere corpus fatigant, ] sicuti qui uel fodiunt, uel iter agunt, uel remigant, uel tale quippiam opus uite necessarium obeunt: præstō lassitudines ad sunt, nisi apothēria deuidentur. Verum, de quo hoc loco agimus, optime cōparatum corpus, quod ab omni seruitute est liberum, & uni sanitati uacat: raro lassitudine tentatur. Sicuti enim athletæ, quos labor maximus exercet, nullo alio exercitiadi genere obnoxij lassitudini sunt, præterquam eo quod ab ipsis absolutum dicitur: ita nec qui uitam degunt liberam, & qui tantum ualetudinis tuendæ gratia exercitantur, usquā lassabuntur, propterea quod huiusmodi exercitio adire nulla necessitate coguntur. Athletis enim necesse est (quod uidelicet ad immodicos in certaminibus labores etiam totū diem aliquando continuatos præparato iam corpore sint) absolutissimū illud exercitiū (ipsi κατὰ συνήθη uocant) aliquando obeant. Verum qui tantum tuendæ bonæ ualetudinis causa exercitantur, ijs nec

necessum nec utile planè est immodicos labores adire: itaque his nullus instat lassitudinis metus. Nihilō secius tamen iisdem apothēria utentur, etsi nullo lassitudinis timore, at certe excrementorum purgandi causa: cui ex pleniore (ut græci loquuntur) mensura, etiam lassitudinis securitas accedit. Nam & si ipse exercitatiois modus his est à lassitudineque maxime alienus, actionisque omnis ratio planè citra uiolentiam: fieri tamen aliquando potest ut gymnasten in utroque paulum quid subterfugiat: quod neglectum, si non magnam, certe leuē exercitatio lassitudinem concitet. Ceterū non cōuenit qui sibi uiuat, & uni corporis sanitati uacet, ut uel minimum lædatur usquam. Tutissimū itaque sit apothēria semper uti. Quæ qualis adhibenda sit, ipsa finium ad quos tendimus, demonstrabit natura. Nam quoniam id petimus, ut solidarū animalis partium excrementa quæcunque excoacta extenuataque per exercitatioem in corpore adhuc manent, prius eijciantur: & frictiones quæ per alios administrantur, adhiberi oportebit, & cum his unā tum ipsarum quæ fricantur partium tensionem, tum etiam spiritus cohibitionem. At quoniam nec frictionū unica ratio est, nec spiritus cohibendi: deligendū ex utroque genere est quod utilissimum est. Atque ex frictionibus quidē, quæ dura est, cogere corpora, hoc est densiora simul durioraque reddere traditum iam est. Itaque hæc ad res propositas parum est accommodata. siquidem quod densatur, intra se cludit. quod laxum sit, liberū excrementis exitū præbet. Ad eundem modū quod durat: ijs quæ tensa sunt, maxime est aduersum, ut quod eorum affectum magis adauget, cōtra quod mollit, id est utilissimum. Si igitur simul & excrementa digeri, & quæ tensa sunt, molliori conuenit: duræ certe frictiones omnino sunt fugiendæ. Nec his minus à lentis cauendū arbitror. Nam postquam se corpus nō amplius dimouetur, periculum est ne frigescat, ac densescat, dum nulla ope externa callet. Hac igitur de causa non solum cum celeritate est fricandum, sed etiam quoad fieri potest, plurimū manibus: quod nulla corporis pars nuda maneat. At si ne tardam esse frictionem oportet, nec duram: oleum nimirum fricando corpori largiter circumfundi debet. id enim ad uelocitatē simul & molliem frictionis multum cōducet: & alioqui aliud secum non mediocriter cōmodum affert: quādo & quæ tensa sunt, remittit: & quæ inter uehementius laborandū fatigata sunt, emollit. Atque his quidē de causis dura uitanda est frictio, ob alias uero mollis. quippe ea nec alte demittitur, sed circumcutē ipsam & ei uicinas carnes deficit: nec ea quæ in angustis meatibus contenta excrementa sunt, elidit. Cuius profecto causa tum ipsam fricandorū partium tensionem, tum spiritus cohibitionē in iungimus. Media igitur mollis durasque eadem mediocris est: ab utriusque incommodo abesse uidetur, & mollis inefficacia, & duræ uiolentia noxaque. Ea uero perficietur fricantis quidem manibus ualenter iniectis, ita ut earum impressio ad duram

duram frictionē proximē accedat; cetera pingui-  
tudinis copia, & uelocitate mouendi catenus re-  
missis, ut planē euadat mediocris. Nā & pinguitu-  
do ipsa ualentioris cōtractionis non leue præsidiū  
est, & breuitas ipsa cōtractus tantum demit de ui-  
lentia, quantū etiam de tempore. Porro tendēdas  
obiter dum fricantur partes censemus; quōd quic-  
quid inter cutem & subiectam carnem excremen-  
torū residet, per cutem expellatur. Quippe amba-  
bus ijs laxis non magis foras q̄ intro ferri excre-  
menta continget. Distentis uero ijs quæ sub cute  
sunt, omnia foras eliduntur, ceu gemina manu ex-  
pressa; una foris, eius utiq; qui fricat; altera intus;  
ipsis scilicet quæ tenduntur particulis, manus ui-  
cem suppletibus. Ac propter hæc quidē non exi-  
gua portio apothecariæ est spiritus cohibitio. Ap-  
pellant uero ita ubi omnibus thoracis musculis q̄  
circa costas habentur, intentis coactisq; respirati-  
onem cōtinemus. Accidit namq; obiter ut spiritus  
qui à costis premitur, dum efflari per exitum arte-  
riæ (ἀρτηρία græci uocant) prohibetur, uniuersus  
pellum ad transversum septum (quod græce δεικνύ-  
μεν) detur; atq; ut cum hoc quæ ipsi sub sūt  
omnia simul attollatur, iecur, lienis, uentriculus,  
& quadam alia. Oportebit aut̄ interim musculos  
quoq; qui in abdomine sunt (ἐντερὶες græci ap-  
pellant) leuiter cōtrahit; ut ab his unā cū septo ceu  
gemina manu pressis quæ inter sunt partibus, ex-  
crementū siquod intra se habent, foras elidat. Por-  
ro medic̄ inter hæc partes cōtinentur, iecur, lienis,  
uentriculus, crassi ac tenuis intestini partes quæ p-  
minent. Loca uero ad excipiendā quæ expellūt  
excrementa, patent, tum uentris tota capacitas, tū  
isthic cōsistentium intestinorū concauitas. Si ue-  
ro ferri planē abdominis musculos patieris, nul-  
lius prædictorū excrementa uacuabis; quæ uero  
in thorace ac pulmonibus habentur, ea deorsum  
transferes. Expedit uero hoc potius transferatur,  
q̄ in illis maneat; tanto profecto magis, quanto  
etiam eorum quæ in uētre q̄ quæ in pulmonibus  
& pectore continentur, promptior exitus patet.  
Hæc em̄ (nempe quæ in uentre & intestinis sunt)  
uel euomuntur facile, uel excernūtur; illa cum co-  
nato & ui per tussis eiciuntur. Verum si quis pe-  
rinde ut septum, ita abdominis quoq; musculos  
anhelitus cohibitione intendat, exquisitius planē  
expurgabit ea quæ sub septo sunt uiscera; nō trans-  
feretur tamen quicquam à spiritus instrumentis ad  
ea quæ nutrimento sunt delegata, sed totum in ip-  
so thorace & pulmonibus excrementum manebit.  
Quare cohibitionem anhelitus id genus nunc nō  
probo; multoq; minus si quis omnino non disten-  
to septo ualide ac uehementer contrahat muscu-  
los abdominis; quando ita necesse est uenas oēs,  
partesq; quæ circa collum sunt, flatu ac sanguine  
impleri; excrementa uero sursum atq; ad caput, non  
deorsum & ad uentrē ferri. Intueri em̄ id tum in ijs  
qui tibus inflant licet, tum qui maximā acutissi-  
mamq; uocē edunt. Si quidem his collū omne di-  
latari, faciem uero intumescere, & caput ualidissi-

me impleri uideas; propterea q̄ in hoc opere qui  
in abdomine musculi sūt tēduntur, diaphragmate  
his cedēte. Est em̄ quicquid eiusmodi operis est,  
ueluti in ijs demonstratū est quæ de uoce edidimus,  
mixtum ac cōpositum ex maxima respiratione &  
spiritus cohibitione; utiq; cum simul omnis spiri-  
tus efflatur, maximo nimirum facto expiratu, idq;  
cū ualidissima musculorū tum qui costis insident,  
tum qui in abdomine sunt, tensione. Cum spiritus  
cohibetur, eadem utrorunq; musculorū facta ten-  
sione; nullo tamen spiritu elabi permisso. In ijs qui  
tibia sonant, aut acutā uocem edunt musculis pa-  
ri modo tensis: spiritu tamen nec penitus cohibi-  
to, nec toto simul emisso, sed mediam rationē ser-  
uante. Ita nimirum sit ut trium operum cōmunis  
sit musculorum tētio, propria uero in totius simul  
spiritus efflatu; uelox eius foras expulsiō; in anhe-  
litu cohibendo ipsa eius retentio; in tiliarum ope-  
re & uoce mediocris emissio. Causa uero triplicis  
huiusce operis in exitu arteriæ est: quippe qui in  
totius simul spiritus efflatu latissime se pandit, in  
spiritus cohibitione prorsus clauditur; in ijs qui ti-  
bia sonant, aut qui uoce acuta simul & magna u-  
tūtur, medium quendā habitum seruat. Ac de his  
quidem post hac aliquando agere necesse erit, in  
ijs quibus de uociferatione agemus. Ceterū spiri-  
tus cohibitio, quæ ad apothecariā est [maximē]  
idonea, [iecur, lienem] & uentriculū attollit, ten-  
sis qui in thorace sunt musculis uniuersis, remissis  
qui sunt in septo & abdomine, ita namq; deorsum  
ferentur excrementa. Secundo aut̄ loco habenda  
est quæ mediocriter eos qui in abdomine sunt mu-  
sculos tendit, quō uidelicet ea quæ sub septo sunt  
uiscera, apothecariæ fructum sentiant. His ipsis de  
causis etiam fasciarū (quæ ἀμύματα græci uocant)  
circūactus fieri conueniet; quos fricantes ipsi cum  
à tergo fricandorum constituerint, circa totum uē-  
trem adhibent, cum ex aduerso se collocarint, cer-  
uicibus, alios uero costis, & spinæ, & pectori ac-  
commodant; idq; conuerso pariter cum his quo-  
dammodo eo qui fricatur. Circa lumbos uero si-  
milis fasciarum circumiectio circumactioq; fiet,  
tendente se ad singulas eo qui fricatur, non tamen  
cum omnibus pariter se uertente; cum neq; cōti-  
nuos motus nec uehementes cōtingere ei ex apo-  
thecariā conueniat, sed certe aliquos, & quibus  
ex intervallo frictiones sint interpositæ. Qui nāq;  
& continui & uehementes motus sunt, ij exercita-  
tiōis quam preparatoriā uocant, sunt proprii,  
qui uero nec continui nec uehementes, apotheca-  
riæ. Itaq; concertatorem subinde [cōplectatur,]  
subinde repellat; sæpe etiam hoc ipso tēpore mu-  
tet; sæpe ipse à tergo gymnastæ incumbēs, ac cru-  
rum utrunq; per uices ipsi circumplectens, idq̄  
cum tensione aliqua haudquaquam urgente, ab  
alijs qui commode contrectent, fricetur. Hæc enim  
uel maxime ratione & calorem qui exercitando  
est adactus, seruauerit; & simul excrementa pro-  
prijs ipsius tum tensionibus tum motibus eiece-  
ris. Ad quod sanē opus, spiritus quoque cohibitio  
non p-

non parum mihi conducere uidetur: quippe qui undiq; compulsus, in angustos se recipere meatus cogitur: eosq; si amplius trusus propulsusq; fuerit, etiam penitus transire, atque extenuati iam excrementi secum nonnihil arripere. Ad hunc sane modum exilia instrumentorū foramina, uehementiore spiritus inflatu expurgantes opifices uideas. Nam quantum is prorsum per uim coactus impellitur, tantum ab ipso quædam impelluntur, quædam trahuntur: totaq; uia peregrisse properant. Et trudentur quidem quæ ante occurrūt, attrahūtur quæ ad latus sunt posita: impetu ipso motus utraq; acta. Quinetiam inter ipsam exercitationem, spiritus cohibitionem interponunt optimi gymnastæ, atq; etiam quam supra comprehendimus, ipsam quæ apothepiæ debetur, frictionem: simul hominem cum lassitudo incipit, recreantes: simul cutis meatus paulatim expurgantes: quod uidelicet perspirabile simul purumq; corpus ad subsequētes labores sit: cum alioqui uerendum sit ne si nihil tale gymnasta prouiderit, obstruat potius prædictos meatus, quam expurget, propterea quod uehementissimi materiæ impetus diuersis temporibus ac rationibus contrarios edere effectus possunt. Obstruere quidē, cum crassum simul ac multum fuerit quod confertim ac præceps agitur. Purgare, cū exiguum tenueq; est, nec præpropere nec uiolenter cogitur simul omne expelli. Apparet enim ita accidere in omnib. tum externis instrumentis, tum uero calathorū plexibus. Quippe eluitur extergiturq; ex his omne superuacuum, non cū egrediētib. adhuc paulatim prioribus alia uiolenter à tergo irruunt (uerendū enim interim est ne quæ in trāitu sunt impacta innixaq; inuicē uia obstruat) sed cum prioribus, [uel iam exeuntibus] uel plane uacuat, alia postmodū uacuatur. Et quid de exiguis meatibus miremur, cum etiam ē thearris multitudo quæ confertim egrediatur, in exitu hæret? Ob hæc itaque qui etiam in medijs laboribus apothepia utuntur gymnastas laudo, potissimumq; in ijs quos grauiā (quæ uocant) certamina exercent: uerum de his postea. Qui autē nunc nobis propositus iuuenis est, in hoc non ad athleticum habitum, sed ad sanitatem tuendam consilia diriguntur, quod minus aut multis exercitationibus, aut coacta comestione est opus, aut etiam D suillæ carnis copia, aut pane id genus quo graues athletæ utūtur. Atq; his omnibus de causis timendum huic nō est ne exiles eius meatus obstruatur, si modo probe est præparatus, scilicet idonea frictione, ac laborib. qui ex paruis paulatim crescāt. Graui uero athletæ nisi omnia probe administrantur, ob ciborū tum qualitatem tum quantitatem uerendū in exercitationibus est ne obstruatur potius quam expurgentur huius meatus. Ac de apothepia quidem abunde mihi dictum iam est. Deinceps ad balnea ueniamus: illud modo de propositis præfati, quod si quis hæc paucioribus interpretabitur, is merito prolixitatem sermonis nostri aculet. Verum si quis aut necessarius aliquod theorema,

aut quæ id confirment euidentes demōstrationes præteritis, breuitate se usum putat: hūc non tam de tali breuitate sibi placere, quam certe pudore affici par est. Ego uero & si iustum uolumē scribere de apothepia potuissē: tamen id faciendū non censui, ut qui longitudinem huius operis cōtrahere maxime studui. Si enim ad ea refellenda quæ perperam à plerisque sunt scripta, me conuere uoluissē: nec paruam nec certe leuem materiam longioris sermonis habuissē. Verum arbitror, ex ijs quæ demōstrauī, satis me seminum dedisse ijs qui saltem non planē hebetes sunt, eiusmodi omnia refellendi. Cum enim dicat Asclepiades spiritus cohibitionem caput opplere: ex ijs quæ ipse paulo ante definiui cum differentias eius tradiderem, potest qui uolet hominis sententiam refellere. Similiter in secundo quoque uolumine licuit etiam mihi omnibus exercitationibus singillatim percensitis, librum producere: sicuti cum alij nonnulli fecerunt, tum qui bellissime totam materiam est executus Theon Alexandrinus. Is enim quatuor libros non alia de re quam de particularibus exercitijs scripsit. Quæ & mihi dixisse licuit, ut qui tum melius quam ille interpretari potuerim, tum uero aliorum meminisse non paucorum quæ sunt operis exercitationum cōmunia. Is enim cum illud sibi proposuisset, ut quemadmodum athletæ maxime exercitarentur, doceret, in his multum uerborum absumpsit. Potest autem qui uolet, & de ijs quas singulæ artes præstāt exercitationibus C differere. Atq; hæc quidem ijs qui longitudinem operis parum æquo animo ferūt, dicta sint. Nunc de balneis agere tempestiuū uidetur: Ac primum quidē de aquis dulcibus calfactis, ut quarū crebrior sit usus: mox de frigidis: postremo de ijs quas sponte natas appellāt: quarum alia media temperie, alia feruentes, alia tepida, alia omnino frigida sunt. Dulcium calfactarum aquarum, si media temperie sint, uis calida & humida est. sin tepidiores sint, humida & frigida. quod si iusto calidiores fiant, calida quidē, sed nō perinde humida. Quippe horrere corpora, cōtrahiq; exiles eorum meatus subigunt, ita ut nec madescere ab extrinsecus accedente humore possint, nec excrementi quod intus latet, quicquam emittere. Cæterum ab ijs incipiendum quæ medium temperamentum obtinent, quæ per se semper calfaciunt & humectant, euenit tamen ex accidente ut aut per halitum digerant humores, aut superuacua fluxione (ὑγρὰ ἁλῆος ἁλῆος) corporis particulas impleant, aut molliant, aut concoquant, aut uires firmant uel infirmant: siquidem ad hæc quantitas quoq; earum non minimū confert. Quin alios quoq; multos lauationis aquæ temperatæ & potabilis effectus qui iam comprehensis superueniāt, enumerare licet. quorū qui proposito nunc operi sunt accommodati, dicuntur q; fieri potest paucissimis, dilato uidelicet in aliud tempus eo quē in morbis præstāt usu. Sed quod ad sanitatis tuendæ spectat usum, iuuenis in sermone propositus, iam exercitatus redeat ut prius

ut prius est comprehensum. Huic igitur prædicti balnei per exiguus est usus: ut qui omnia iam ex mediocri exercitatione & iam dicta apothera pia est consecutus. Nihilo secius tamen si probe balneum adhibeas, ipsum quoque apothera pia pars aliqua sit, siquidem duras tensasque partes emollit: excrementum, putredinem, siquod intus ad cutim hæret, euocat. uerum neutrius horum egere uidetur propositus iuuenis: nec ullum aut mollioris carnis aut adipis liquamentum credibile est illi inter exercitandum euenire: cum & immodicos & uehementes motus talia sequebatur: huic uero non solum expulsa omnia excrementa, sed etiam emolli te solida partes sunt obiter dum apothera pia est usus. Quare elui sibi in balneo sudore & puluere, siquando hoc utitur, magis postulat quam calefieri. Ergo transire tantum ad solum usque, non in laconico immorari is debet, sicuti qui citra exercitationem seipsum elixant. Sed nec morari in piscina huic est opus: immo lotus ut comprehensum est, ad frigidam festinet. atque ipsa quoque medio temperamento esto, utpote ad medij temperamenti corpus. Quibus enim aut uehementer frigida opus sit, aut molli, & ueluti in solata: post dicemus. Ceterum optimi corpus quoad augefcit, dictum supra est non esse frigida lauandum, ne eius incrementum moretur. Vbi uero abunde est auctus, iam frigida quoque assuescendus: ut quæ tum corpus uniuersum roborat, tum cutem densam duramque efficiat. Quod sane tutissimum est aduersus noxas quæ extrinsecus imminant. Quemadmodum uero quispiam frigida lauari primum incipiet, sic ut nulla ex subitanea mutatione noxam sentiat: id utique ante omnia sciri conuenit. Multi enim cum parum recte inceperint, adeo in frigida lauationem male fuere affecti, ut nec ipsi qui tutissime eam administrare potuissent, se permitterent. Esto igitur anni tempus æstatis initium: quo uidelicet ante hyemem in toto interposito tempore non spernenda consuetudo pariat. Esto præterea dies quo auspiciabimur, quam maxime tranquillus: & quoad id tempus feret, calidissimus. Cuius etiam calidissimam deligendam esse partem nemo dubitet: sicuti etiam gymnasterium, quod medio crit maxime sit temperamento. Et externa quidem præparatio talis est. Corpus ipsum quod uti frigida debet, ad hunc modum præparabitur. Esto illi ætas quarti maxime septennij medium, nulla nec ipso die, nec quæ eam præcessit nocte, noua re alterato, sed pristinam salubritatem ad unguem seruanti. Esto uero qui frigida utetur, iuuenis, & animo tum præsentem, tum planè hilaro, siquando aliàs, etiam tunc præcipue: ac primum quidem fricetur linteis uberior. Sunt autem frictiones magis nunc quam ante uehementes, atque etiam linteis durioribus administratæ. Quod si manicas confutas manibus progymnasta circundabit, atque ita fricabit quo fiat opus æquabilis: non minime ad rem pertinebit. Deinde oleo, prout assueuit, fricetur. inde exercite, exercitationibus multitudine quidem paribus, sed citatioribusque ante. Ab his in fri

Galen.

gidam descendat, non tamen contanter, sed celeriter, uel etiam semel totus insiliat, huc utrobique spectans, ut uno maxime tempore omnibus corporis partibus humor circumfundatur: quippe cum si sensim his accedet, horrorem concitatus sit. Esto uero & aqua ipsa nec tepida, nec planè cruda & glacialis, altera namque re percussum caloris [non] efficit, altera ferit insuetos, ac refrigerat. Si quidem procedente tempore tali quoque aqua utatur iuuenis, si necessitas exigat. uerum primo saltem die omnino cauenda est admodum frigida. Exeunti uero ab aqua, fricari oleo, idque à pluribus, expedit, quo ad cutis ipsa incaleat. Post hæc cibum plus quam consuetum, potionem intra consuetudinem capiat. quæ ipsemet uel iniussus faciet, rite modo omnia sunt peracta. Nam à frigida lauatione & plus appetit, & melius concoquunt, ac minus sitiunt, ueniuntque ad exercitationes postredie planè meliore habitu corporis quidem male pari ei quæ ante, cæterum compacta, & musculosior, ac uegetior: cute uero durior ac densior. In hoc ergo secundo præterea die similiter omnia sunt peragenda, etiam tertio, & quarto. Postea uero procedente tempore ad eundem modum frigidam iterum ingredi iubebimus, uidelicet post eam quæ priori ingressui successit frictionem, ut prius est comprehensum. Verum tertio eam ingredi, quod nonnullis placuit: non laudo. Nam & iterum id fecisse, abunde satis mihi esse uidetur: præsertim cum pro arbitrio nostro immorari hominem iubere liceat. Ipsum uero immorandi tempus, hic quoque à quotidiana ipsius experientia est coniectandum. Nam si egressus frigidam coloratior ex frictione cito redditur, mediocriter moratum indicat. sin & tardius ei calor redeat, & decolor diutius maneat: plus æquo moratum docet. Si ergo cutis notis intentus sis, facile intelliges an par tempus postea in frigida sit habendum. Et de frigida lauatione quod ad optimam naturam spectet, abunde dictum arbitror. Superest quemadmodum peccata, si qua inciderint, commodissime corrigas, dissolvere. Ut enim quam maxime statim corporis irreprehensibilem sortitus quispiam sit, ac ab omnibus quæ in uita contingunt negocijs, liber sit, & sibi uni uiuens: fieri tamen nequit ut non aliquando uel ipse, uel is qui ei præficatur, ab erret. Primum igitur non absimile est in id maxime et frequentissime peccatum incidere iuuenem exercitationibus dectum, quæ lassitudo appellatur: de qua multis iam non solum medicis aut gymnastis, sed etiam philosophis est proditum, ueluti Theophrasto, qui integrum de ea uolumen scripsit. Ego uero hic quoque longitudini parcens: quæ nonnullis parum recte sunt tradita, ea transire statui: quæ uero maxime sunt necessaria ipsi qui sanitatem tuendam profitentur, hæc unà cum accommodatis demonstrationibus explicare, ac primum de notione eius agere. Quippe recte se habet, ab hac orlos, sicuti essentiam eius explicandam accedere. Ergo lassitudinis notionem intelligentiamque

Tom. 2

m

sunt qui

sunt qui accipiant dum uisi extenticq; sibi esse uidentur, idq; aut omnibus corporis partibus, aut ijs tantum quibus laborarint. quidam dum tristi molestiq; sensu inter mouendū afficiuntur: (hunc alij indicibilem dixere, alij ulcerosum appellaue-  
re) nonnulli cum membra ceu contusa & phlegmone obsessa sentiunt. Non desunt & qui simplices hos affectus inter se miscent, & qui tensionis est, & qui ulcerosus, & qui phlegmones speciem præfert. Alij duos ex his miscent, aut eum qui ulceris emphasin exhibet, ei qui tensioni assimilatur: aut eum qui phlegmones sensum affert, seorsum cum utroque: ita ut sint in uniuersum sententia de lassitudinis notione septem. Quæ sanè omnes ut ueræ ex parte sunt, ita in totum simplici absolutiq; sermone non sunt. Nam siue ulceris sensus cum mouentur se exhibet, siue phlegmones, siue incendi tendiq; uidetur, siue duo quilibet horum, siue etiam omnes coeant: *ῥῆτος* græce dicitur, id est lassitudo, eorum affectuum unusquisq;. Quo fit ut septem eius in uniuersum differentia sint, simplices tres, compositæ quatuor. Corporis uero quod his sit affectum, remedia, quædam propria cuiusque lassitudinis sunt, quædam omnibus cõmunia. De his mox dicetur, si prius de affectu quodam qui lassitudines comitatur, dixerò, quem decepti nonnulli prauæ lassitudinem nominat. is qualis sit, & quas notas habeat, illustrius apparebit si cuiusque lassitudinis essentiam prius discussuerimus. Hactenus enim ipsa symptomata dicta sunt. Illa enim, quod incendi tendiq; corpus uideatur, & quod mouenti se uel ulceris uel phlegmones sensus oboriat, affectiones non sunt, sed symptomata. Affectiones uero corporum quibus hæc superuenire solent, tres simplices sunt, quatuor compositæ. Et ulcerosus quidem affectus oritur ab excrementorum copia tenuium simul & acrium. Quæ nimirū inter exercitandū proueniūt duplici ex causâ, aut eo excremento quod crassius erat, fuso & attenuato, non tamē toto expulso: aut adipe, molli uel carne liquata. Neceffe enim est abs tali humore, ceu tenui atque acri, pungi & quasi uulnerari tum cutem, tum ipsam carnem sic, ut etiam horror interim oboriat: immo etiam quadam tenus concussio commotioq; totius corporis inæqualis, quod græci *ῥῆτος* uocant: si modo admodum tum copiosus humor is, tum acer sit. Ac talis quidem est ulcerosa lassitudo. Vbi autem tendi solum membra uidentur, ulceris uero sensus non est: in hac certe lassitudine nullum excrementum de quo ratio ulla sit habenda, in corpore continetur, sed residet in musculis & neruis ex nimia tensione quam exercitando admiserunt, affectus quidam effectricis causæ potestatem testificans. Accidit namq; in uehementi tensione omnes musculorum fibras tendi, non tamen similiter omnes lassari, sed eas maxime quæ per longitudinem tensionis porriguntur. Quippe quæ obliquoires quodammodo iacent, minus in directum aguntur, quare his nullum insit periculum. In ijs uero quæ

A immoderatus sunt extentæ, ita ut parum à rumpendo absint, relinquitur affectio quædam similis ei quæ inter agendum fiebat, quippe tendi adhuc uidentur: cum tamen nulla iam tensione urgeantur. Tertia uero lassitudinum differentia, qua nimirum ceu contusas aut phlegmone obsessas partes sentimus, tum maxime solet incidere, cum musculi nimirū ex calfacti attraxere quippiam ex circumfusis sibi excrementis. Quod si enim tum tendonibus tum neruis idem affectus incidit: *ὀστέον*, *ῥῆτος* græce, quasi ossium dolorem eum affectum nominant: ob penitorem scilicet sensum, partibus quæ in alto maxime corpore sunt positæ, non men tribuēt. quippe summum locum cutis occupat. secundum ab ea musculi habent, utique circum ossa positi. at tendones ipsis ossibus adherent. Quo magis rationabile est, cum hi quicquam prædictorum patiuntur, uideri in imo ac circa ipsa ossa affectionem hærrere. Atq; hæc quidem solæ tres simplices lassitudinum differentia sunt: compositæ uero ex his, ut iam dictum est, quatuor sunt: de quibus mox agendum, si tamen prius simplices uniuersas absoluerò. Est namque affectio alia quoque, quæ ceu lassitudo sit, nonnullis imponit. hæc incidit cum supra iustum musculi siccantur, sic ut squalens contractumq; corpus appareat, atque ad motus quodammodo pigrum: non tamen ei quicquam eorum quæ modo diximus, inest: neque is qui ueluti ulceris aut tensionis est, multoq; minus qui ueluti phlegmones est sensus. Quippe diuersissimus aspectus eiusmodi affectionis est, & eius quam ultimo loco retulimus. Hæc namque [squalens & contractus corpus] efficit. At quæ phlegmones sensum præfert, mole etiam quam pro natura ampliore. Quare quatuor in uniuersum simplices affectiones sunt: quarum singulis sua sunt remedia. Ordindum uero ab ea quæ ulceris sensum inuehit: quam etiam ab excrementorum acrimonia ortam diximus. hæc maxime in ea incidit corpora quæ & mali succi sunt, & excrementis abundant. Succedit uero recentibus cruditatibus cum aut exercitantur immoderatus, aut in sole sunt morati. Cæterum nihil obstat quin in corpore boni succi citra cruditatem proueniat, utique ob exercitationis nimium excessum. Sanè excitare eam solent celes ac multi motus. In hac uero lassitudine etiam densa esse horrereq; cutis uidetur. Fatenturq; qui ea sunt affecti, inter mouendum dolere sibi ulceris ritu alij cutim tantum, alij subiectam etiam carnem. Remedium huius ex ijs quæ affectioni sunt contraria, comparatur. Quippe si quæ redundat, euapores: malum cessabit. Sanè euaporabuntur frictione multa molliq; cum oleo à quo omnis adstringēdi uis abest, quod genus maxime sabinum est. Aduersissimum uero huic affectioni est quod ex Hispania portatur, & ex Iberia, uocant autem hispanum, tum quod omphacinum uocant, uel *ἀμορπίτης*, id est crudum. Et, ut semel dicā, quod austerum est, omne id alienū est. A deo gustu ipsa



uim eorum discernere licet, etiam si de ipsis ante periculum non feceris. Sic namque & nos quondam in Macedonia degustato oleo quod fit circa Aulonem, qui est super Strimonem, deprehendimus eandem cum Hispano uim habere. Quin & reliquorum omnium olei generum ita deprehendas uires, etiam quaecunque per abusionem nominant, ex sale, ex radicibus, ex herbis, ex germinibus, ex folijs uel fructibus, propterea uidelicet quod hæc habent. Dictum uero abunde de his omnibus est in operibus ijs quæ de medicamentis inscripsimus: nihilo tamen minus etiam in proposito opere dicetur suo loco. Illud tantum in præsentia dixisse satis sit, quod planè dulcissimum oleum est, id esse ad propositam affectionem maxime accommodatum. Hoc igitur copioso cum multa frictione utendum: primo quidem die quod suspectam forte lassitudinem omnino declines; secundo uero ut si qua incidit, discutatur. Discutit porro eam exercitatio quæ apothepia dicitur: in qua scilicet motus adhibeas quâritate mediocres, qualitate tardiores, idque cum frequenti interposita his quiete: qua utique fricare hominem oportet pluribus cōtrestantibus, quod nec refrigerat pars ulla, & ocysime excrementa digerantur. Porro frictionum plus adhibebitur in ijs qui in cute & sub cute excrementorum collectam uim habent: motuum uero, quos ipsemet edat in altera lassitudine: scilicet in qua plus est in ipsis musculis cōgestum. Quæ enim in his coacta excrementa sunt, sola frictione educere non potest. his enim opus est non solum ab aliquo foris attrahi, uerumetiam ab altero quopiam intrinsecus impelli. Impellit ea partim calor ipse qui per motum accenditur, partim spiritus qui uia emittitur, partim ipsa musculorum tensio: super hæc uero ipsa singularum partium excretoria alieni uis. Altera uero lassitudo in qua tenio sentitur, illud pro remedio postulat quod Hippocrati græce *χαλασις*, id est relaxatio dicitur. Ea namque tensioni contraria est, ad eum modum quo duritati mollietates. Ait enim ita: Cutis duræ mollietio, distentæ remissio. Ceu duro molle, distento remissum laxumque contrarium sit. Sanè remittitur quod distentum est, in alijs quidem affectibus quos in quinto De simplicium medicamentorum uiribus diximus, alia ratione. Quod uero per exercitationem incidit, tum pauca molliorque frictione, eaque ex oleo dulci, atque egelido, tum intermissione omnino, aut etiam quiete, præterea lauatione medijs temperamenti, atque in calida pluscula mora. adeo si bis ter uel laubis, plus proderis. Hi uero & post balneum ungi desiderat prius quam uestiantur. Quod si propter furorem forte aliquem pingue deterferint, rursus ungi desiderant. Quinetiam postero die cum e cubili surgit, ungi his expedit: nunquam tamen oleo ultime frigido, nec dura frictione. Incidit certe huiusmodi lassitudo ijs quibus salubris succus est, post robustas potius quam celeres exercitationes: redditque lassatos ipsos pigros admodum, ægreque flexibiles.

Galen.

A Non tamen hi densi horrefitesque apparent, quemadmodum quos paulo ante comprehendimus, cæterum contracti aridique non minus ipsis apparent: tractu uero calidiores uidentur non solum ijs quos ulcerosa lassitudo urget, sed etiam quàm ipsimet cum sanis essent. Tertia lassitudo ex uehementissimis nascitur motibus: solaque supra naturalem habitum musculos attollit, sicut phlegmonæ per similibus affectio sit. Itaque & leui tactu offenduntur, & calidiores apparent. Dolent uero etiam si ipsi per se moueri conentur. Incidit hæc lassitudo ijs plurimum qui assueti exercitationibus non sunt, (nam exercitari assuetis raro incidit) utique ex uehementissimis plurimisque motibus. Sanationis uero eius consilium ad tria dirigitur, eadem ferè ad quæ omnium phlegmone obsessorum, nempe superuacanei uacuationem, extenti requiem, & inflammationis refrigerationem. Ergo & oleum copiosum ac tepidum cum frictione molliissima, & longissima in medijs temperamenti aquis mora, huiusmodi lassitudines emendat. Quod si paulo tepidior aqua sit, plus proderit. Ad eundem modum multa quies, & unctio assidua, denique omnia quæ id quod lassatum est, quiete lenimentoque recreent, ac quod superuacuum est, per halitum digerant. Sed putet fortasse quispiam lassitudinem hanc nec simplicem esse, nec à duabus iam traditis tertiam, sed ex his compositam, nec aliud de constantem quàm ex nervosarum partium tensione, & ulceris sensu. Calorem namque qui in huiusmodi lassitudine sentitur, in alijs quoque naturaliter inesse, ueluti in memoratarum utraq; nec tamen complendę notionis substantiæ uel partem esse uolum. Verum illud huic uni egregie præter cæteras inest, nempe maior quàm pro naturali habitu tumor, tum quod nec grauitas sensus similis in hac & tensionis lassitudine habetur. Quippe in illa tendi, in hac contusos esse usque ad ossa neruos putant qui ipsa laborant. Quare in his saltem proprium à reliquis duabus discrimen habet, nec est composita tantum. Tres igitur siue corporis status, siue affectus, siue quid aliud dixisse uelis, hi sunt. Est alia quedam super has quarta, similis quidem lassitudini, non tamen lassitudo, quod neque ulceris, neque tensionis, neque phlegmones affectum præ se ferat, sed nec horrorem ullum dolorem uel, nec pigritiam ad motus quemadmodum lassitudines inferit, sed gracilitatem tantum ariditatemque facit. Incidit quidem hæc in corporibus boni succi, & exercitationi assuetis, ubi immodice exercitata, parum rite apothepia sunt usa. Quippe ita & digeruntur excrementa, & quæ tensa fuerant, laxantur: nec aliud in corpore relinquitur præter siccitatem quàm ex immodico motu contraxerunt. Postulat autem primo die nihil sanè diuersum ab ijs quæ prius dicta sunt, præter calidiorem aquam, quæ sensim contrahat & calfaciat & roboret cutem: secundo die apothepiæ exercitatio nem, quæ tum in motu tum frictione & pauca & mollis & tarda sit. præterea solum similiter calidum

Tom. 2

in 2

dum

dum. Verum protinus in frigidam exiliant; quò uidelicet ipsis robur in cute unà cum calore constet. Nam & minus in sequenti tempore per habitum amittunt, & facile in carnem cutemque nutrimentum resumunt. quo maius his commodum nullum profecto inuenias; ut qui nullum notabilem affectum præter carnis gracilitatem ariditatemque habeant. Quippe postulat (arbitror) tale saltem corpus nutrirî simul ac madefieri. quorum utrunque ex humido nutrimento optime assequetur. Quoniam uero facta semel mentio de uictu post balneum est, non alienum fuerit & de eis quæ ad lassitudines pertinent, præcipere. Ulcerosa igitur lassitudo post legitimam apothepian consuetum nutrimentum desiderat, aut etiam parcius, præterea humidius. Quòd si in ipsa apothepia in quartum migrauerit affectum, (asiolet enim ita plerunque fieri) pro ipsius ratione tum lauetur, tum nutriatur. At quæ tensionem lassitudo præfert, ea etiam magis quam ulcerosa parce nutrirî postulat. Quæ uero phlegmones sensum affert, ea supra reliquas omnes tum humi dissimum, tum minimum, tum uero quod refrigerans quippiam habeat, requirit. Boni succi tamen nutrimentum omnes qui lassitudine grauantur, iuxta postulant, quali nimirum propositus nobis iuuenis adhuc integer utebatur. Cauendus tamen in ulcerosa, & ea quæ phlegmones sensum exhibet, glutinosus cibus est, ceu qui excrementorum digestionem moretur. At in tensionis lassitudine etiam exhibendum eiusmodi nutrimentum est, sed minuto eius modo. Quo minus mirum est si multiplex pugna non plebeijs modo inter se, sed etiam doctis & inter se & cum plebeijs oritur, dum neque de exercitationibus, neque frictionibus, neque balneis, neque uictu lassatorum, consentiunt. Quippe alios affirmare audias lassitudinem lassitudine esse abolendam, alios laborem quiete sanari, alios parcius nutriendos qui lassitudine premuntur, alios contra non modo de consueto nutrimento non demendum quicquam, sed etiam tanto plus adijciendum, quanto plus se fatigauerint. (ad portionem enim laborum, nutrimentum exhibendum) alios rursus nec adijciendum quicquam nutrimenti modo, nec etiam demendum. Ad eundem modum balneo quoque utuntur, alij ex aquis medijs temperamenti, alij calidioribus, alij tepidioribus. Nam & experientia ad id tantum probandum quod usu sæpe usurpauit, quemlibet impellit; & præterea ratio, utpote quam quisque absolutam se habere putauit: ut supra dictum est. Verum cum unum tantum lassitudinis sensum traderet, reliquis ceu non sint, præteritis: eius tantum modo quam nouit, remedium docuit. Ergo uerum est & quòd lassitudine lassitudo soluitur, cum uidelicet hesternis exercitationibus pares postriede adhibendas uidetur expediens; & lassitudinis medelam esse quietem, quippe id consilij partim in ijs quæ ex congestis excrementis lassitudines consistunt, ac præcipue ubi in musculis excremen-

ta hæserunt: partim in ijs quæ tensionis & phlegmones emphasim præbent, utile uidetur. Iam illud quoque uerum est, qui lassitudine grauantur, eos parcius esse nutriendos. Id enim conducere uidetur ei qui phlegmones sensum præfert. Verum præterea est & ex consuetudine esse nutriendum. Id nanque in ulcerosa lassitudine ubi recte apothepia sunt usi, fieri obseruatum est: sicut etiam uberius cibandum in eo affectu quem similem lassitudinibus diximus. in quem ex ulcerosa quoque nonnulli transeunt. Simili ratione & medijs temperamenti aquis esse lauandum in ijs quæ ex redundantia superuacuum nata sunt, uerum fateor. Sed nec illud uerum negem, eiusmodi aquis non esse utendum, nec in ea quæ phlegmones sensum præfert, cum tepidiores hæc desideret; nec in ijs qui similem lassitudinæ affectum sentiunt. hi nanque calidiores uolunt. Sunt & qui eum affectum lassitudinem esse putent. Alij, quinam affectus sit, non dixerunt. In quibuscunque uero suspicio futuræ lassitudinis subest, suadent calidior aqua in balneo uti: causamque assignant, sicut ipsi supra retulimus, alij distributioni in corpus, alij nutritioni, id genus balnei conducere dicentes. Non tamen rationem ullam afferunt cuius gratia eiusmodi distributione & nutrimento prohiberi lassitudo possit. Sed nec omnino qualis sit ipse lassitudinis affectus, scribunt. Nam maior eorū pars nihil dixit. Qui uero dicere ausi sunt, siccitatem esse definiuerunt. Ac quòd nutrimentum siccitati medetur, præsertimque humectans, quā tamen conditionem maior eorum pars non adiecit: est sane uerissimum. Cæterum nec remedium id nec cautio lassitudinum est. Sed cum (uti dictum est) membra sicciora sunt facta, nulla tamen nec tensio subest, nec tenue acreque excrementum, nec phlegmonæ similis affectus; reficere nutrimento humectante expedit quæ exhausto humore sunt siccata: quādo nisi abunde nutrias, & gracilius & aridius quæ fuerat, postero die corpus cernes. Atque hunc affectum nonnulli lassitudinem rati, eum existimant calidior balneo, & plenior cibo, ne incidat prohiberi. Illud tamen quorundam, sicuti etiam Theonis, demiror, si iam factam lassitudinem similiter sanari non putant. Nam siue quem modo memorauimus affectum, uelit quis esse lassitudinem: nutrimento illum & soluere debet, & ne fiat prohibere. Siue reliquorum quemuis eorum qui ueræ lassitudines sunt, utique parcius in omnibus hominem nutrire, & cum adhuc instant, & cum iam occuparunt. Illud enim dici non potest, talem saltem affectum qui lassitudinibus succedit, nisi primo die per nutrimentum plenius corrigatur, in trium aliquam migrare solere. Nam si ipsa solum siccitas in eo uisitur, præter gracilitatem nihil sequitur amplius. Si uero caloris quoque quippiam simul adsit, iam febricitare metus est. Verum non idem sunt lassitudo & febris: tamen si maxime eorum qui lassitudinem senserunt, nonnullos febris male habuit. Sane Theonem mirari subit hæc in

quarto de particularibus exercitijs, ubi de absoluto exercitio agit, scribentem: Cum lassitudo aliqua eos qui ita exercitati sunt, postero deinceps die ferre sequatur: *ῥεσολουσία*, id est feruentis aquae lautio, minus lassitudini obnoxios reddit, summa corporis accendens. Deinde sic graece subiicit: *ἡ αὐτὴ σικνίας τροπὴν τῇ λαμβανομένῃ τροφῇ ἐπισπομένη τοῖς κικλημένοι ἀντιδύλιντοι νόσοις*. Is enim praeter alia ueluti aenigma quoddam uerbum *ἀντιδύλιντοι* in contextu apposuit. possis enim ita intelligere, quasi summa corporis cucurbitae more nutrimentum trahentia, partem aliquam eius neruis quoque dispensent. possis & contra, quasi summa corporis cucurbitae modo id quod ad nervos ferebatur alimentum ad se trahentia impartiant. Ita nimirum, ut priore intellectu ad eutrophian, id est nutritionem refectio nemque nervorum conducat excaffacta cutis: (quippe hanc arbitror esse *ἐπιφάνειαν*, id est summa corporis, significare) posteriori uero ad *ἀντιδύλιντοι*, id est parciorem nutritionem. Quantum itaque ex ipsis uerbis licet accipere, mentem Theonis non comperias. Ex ijs uero quae tum alibi tum in sextodecimo Gymnasticon scribit, minus nutrimenti post absolutum illud exercitium dari censet, quanquam ne id quidem qua ratione inductus suadeat, usquam docuit. Datur enim minus quam ex consuetudine nutrimentum, aut propterea quod pari opus non est, aut quod concoqui id non possit. Ac prius quidem in ijs qui plurimum se exercitarunt, uerum non est: posteriorius alibi uerum, alibi certe falsum est. Sicut enim imbecillior concoquendi uis est, uerum. Sin secus, falsum. Inaudienda uero concoquendi facultas est non ea modo quae in uentriculo aut uenis aut iecinore agitur, sed etiam quae in singulis particulis: ueluti in ijs de quibus sermo habetur, musculis: in quibus utique uel maxime affectus is de quo disputo, continetur. Quippe largius inter exercitandum exhausti, [ & imbecilliores ] & graciliores redduntur. Ergo si haec leuiter his contingat, utique conficere cuius indigent nutrimentum poterunt. Quorum Theon nullum omnino neque intellexit, neque distinxit. Omnino enim non ratione aliqua, sed experientia (sicut ipse fatetur) post absolutum illud exercitium calidiorem aquam utilem esse obseruauit. Sic enim deinceps scribit: Illud uero siquidem rationem habet in promptu, fortunae id beneficium ferendum acceptum est. Sin minus, quod affecta testantur, id non admittendum: licet quis certam rationem simul se subiiciat non habeat. Ergo si plane explorato affectu in quo calidam laudat, causam fateretur ignorare, merito dignus uenia esset. uerum cum citra exceptionem, utilem esse absoluto exercitio *ῥεσολουσία* pronunciat, (ita enim hanc appellat) possunt autem alij quoque complures affectus id genus exercitationis excipere: accusandus merito est, quod deinceps singulos non discreuerit. Ipse namque nouit etiam quae phlegmones sensum exhibet, huic

Galen.

A exercitationi superuenire: sub qua nimirum in maiorem quam pro natura molem attolluntur fatigatae partes. Etiam alteram, quam unam scribit, utique generali symptomati attentus, quod incrementum non naturali est contrarium. Quippe graciliores in reliquis duabus lassitudinibus redduntur, atque etiam in eo affectu de quo agitur. Caterum non quemadmodum trium affectuum unum symptoma commune est, ita & affectus unus est. Ac in eo quidem qui ex neruorum partium tensione consistit, calidiore quam ex consuetudine lauari non oportet. Simili ratione nec in ijs quos excrementa excitant. In gracilitate uero quae citra haec consistit, expedit calidiore aqua quam quae mediocriter se habeat, lauari. Contrahitur namque hic affectus exhausto uehementius inter exercitandum corpore, eo modo quo in diutina fame accidere solet. Itaque etiam sic affectuum refectio, in appositione, & quod detractum est reponendo, consistit. Id quod certe accidere cute adhuc laxa nequit. Cogere ergo hanc densareque ac adstringere prius oportebit, si qua plenioris nutrimenti expectanda est utilitas. Sane cogit claudique tum frigida tum feruens aqua. Verum a frigida laedi hominem metus est: utpote qui iam ex multa exercitatione et laxior est redditus, & uacuus. Ex feruenti ut noxa certe nulla, ita secunda in cute densitas paritur: ipso qui in ea derelinquitur calore, non nihil etiam conferente. Vnde nec immorari in frigida nimium debet qui ita est lautus, sed, ueluti id saltem recte a Theone obseruatum est, cauere in frigida moram, ut quae feruentis lauationis commoda frustraretur. Sane ita errare Theonem, ut quod uni affectioni conueniebat, omnibus quadrare praeciperet: in causa erat corporum quae exercitabat habitus. Siquidem athletas exercuit, qui ex absoluto illo exercitio ad quartum erant affectum opportuni, in tertium raro incidebant. Itaque quod sepe obseruauerat, ceu perpetuum prodidit. Quod si aut uitioli succi homines, aut mali habitus, aut laborum insuetos, aut imbecillos, aut minime iuuenes exercuisset: in eiusmodi quidem raro, in reliquos uero affectus saepissime incidere uidisset. An & hoc quoque dicere fortasse est superuacuum: cum ipse quoque fateatur post praeparatorium exercitium feruenti esse balneo utendum? Id uero exercitationis genus solis athleticis in usu est. Atqui dicat aliquis illos sponte, & quodam circuitu, alios uero multos uel necessitate, uel uincendi studio, uel propter alia id genus, eiusmodi exercitationem suscipere. Verum hi saltem post immodicos labores necesse est uel unum uel plures lassitudinum affectus prius contrahant. Itaque ijs duntaxat corporibus quae bona habitudine sunt, quartus affectus incidit: cuiusmodi sunt tum athletarum qui bene sunt curati, tum propositi nunc in disputatione iuuenis. Et quisquis absolute pronunciat, post uehementissimas exercitationes calidioris solij usum esse idoneum: is ut in uno certe statu uerum affirmabit, ita in tribus plane

Tom. 2

m 3

plane

plane fallitur. Sunt uero per uniuersam tuendę ua  
letudinis artem & alia non pauca quę tum medi  
ci tum gymnastę falsō prodiderunt: quorum unū  
omnium caput est cōfusa indiscrētāq; obseruatio;  
dum quod in unico quiscq; notauit affectū, id mul  
tis tribuit. Quinetiam affectio quędam est prædi  
ctis proxima, quam ipse gręce *σύνωσις* appello;  
de qua cum de lassitudinibus dīspūationem absol  
uero, mox dicam. Simples enim earum differen  
tię tres sūnt: de quibus iam egimus, post has ex bi  
nis copulatis alię fiunt tres. Ab ijs uero septima  
est, ubi in unum coeunt notę. Remediū uero com  
mune in omnibus consiliū est, ut ei quod supe  
rat, sis intentus: nec tamen quod reliquum est, pla  
nē contemnas. Proprium uero ab iplis membra  
tīm affectibus accipiendum est. Ac uniuersas qui  
dem cōiugationes percurrere, longū sit: sed quod  
ad claritatem sit satis, unico exemplo res perageſ.  
Si igitur & intumuisse musculi cernuntur, & con  
tusi putantur: præterea uel ulceris sensus, uel ten  
sionis lassitudo unā cum excrementosa hominem  
male habet: apothērapia utendum, quę utrunque  
respiciat, magis tamen id quod est maius. Non est  
autem in omnibus rebus unius rationis iplius ma  
ioris natura, sed alibi pro uiribus & quasi dignita  
te rei, alibi pro ipsius propriā essentia spectanda.  
Ac dignitate quidem & uiribus maior lassitudo  
est quę phlegmones sensum præfert, q̄ excremē  
tosa: utraq; tamen ipsarum sit proprię ratione ef  
fentie magna paruq; esse potest, ut si sola seorsum  
consisteret. Si igitur utraq; pari interuallo a natu  
rali habitu recessit: quę phlegmones similis est,  
præcipuam curationis sollicitudinem ad se cōuer  
tet, utpote dignitate pollēs. Sin exigue quę phle  
gmonen plurimumq; ulceris sensum repręsentat,  
a naturali habitu recessit: æstimandum num tantū  
superet magnitudine ulceroſa, quantum quę phle  
gmonē similis est uiribus: an minus, an magis. atq;  
ita quod pollet, explora. Quod si æqualiter pol  
lentes uideris, pari studio est utriq; consulendum.  
Atq; hæc ratio perpetua sit omnium coniugatorū  
affectuum. Sicuti uero lassitudines ipsę numero  
tres, si inuicem coniungas, quatuor coniugatiōes  
efficiunt: ita sanē si quartum his affectum adiūgas,  
multo plures existent. Quod dicimus, ex descrip  
tione licet clarius intelligas. In ea primum locum  
ulcerosus habet. Secundum, in quo tensio est  
moleſta. Tertium, qui phlegmonē similis. Quar  
tum gracilitatis, id est in quo corpus emacuit.  
Ex his igitur aut primus cum secundo coniunge  
tur, aut cum tertio, aut cum quarto: aut rursus se  
cundus cum tertio, uel quarto: aut denique tertius  
cum quarto: ita nimirum, ut ex binis coniun  
ctis affectibus sex in uniuersum complexiones o  
riantur. Rursus cum tres unā miscueris, quatuor  
alię fiunt. Nam aut primum iunxeris cum secun  
do & tertio, aut cum secundo & quarto, aut cum  
tertio & quarto: aut rursus secundum cum tertio  
& quarto. Postrema omnium complexionum erit

ubi quatuor simul coierint: ita ut undecim nume  
ro in totum fiat. Erant uero & simplices quatuor.  
Efficiuntur itaq; in uniuersum quindecim. Simpli  
ces affectus: Vlcerosus, A. Tensionis, B. In quo  
phlegmones sensus est, C. Gracilitatis, D. Cōpo  
siti, AB. AC. AD. BC. BD. CD. ABC. ABD.  
ACD. BCD. ABCD. Quod si præterea oculisq;  
cutis, (*σύνωσις* gręce uoco, ) differentias tum se  
cum tum uero cum his quindecim cōplicueris, a  
lias rursus cōplexiones effeceris plurimas. Si uero  
eos quoque corporis status qui aut a cruditate,  
aut uenere, aut deustione, aut uigilia, aut dolore in  
cidunt, adiunxeris: ne numero quidem uniuersas  
facile cōplectare. Præterea nunc quę uel *πληθύνει*  
*ς*, id est succorum æquabiliter se habentiū redū  
dantiam, uel *κακοχυσίας*, id est uitiosi succi copi  
am, uel adstricti uel lubrici uentris, uel uomitus,  
uel grauati capitis, uel partis cuiusquam alterius,  
uel in summa quicunq; in symptomate aliquo af  
fectus consistunt. dicetur em̄ post de eiusmodi om  
nibus. Nunc uero idcirco eorum maxime memi  
ni, ut complexionum multitudinem quanta esset  
indicarem. Mirari em̄ licet eos qui de syndrome,  
id est concursu horum, uel curationem, uel euen  
torum prædictionem obseruasse se prædicant. V  
nica nanq; ratione & præſagire & commode me  
deri fas est: utiq; sicut Hippocrates docuit ubi sim  
plicis cuiusq; negocij sciendam uim esse censebat:  
ueluti ipse nunc in quatuor effectibus præmōstra  
ui. Vnusquisq; enim si per se consistat, simplex re  
medium exiger: sin alteri sit coniunctus, pro ea me  
thodo quā paulo supra de omnibus cōiunctis af  
fectibus præscripsimus, [corrigetur.] Ergo cū hæc  
ita se habeant, redeundū rursus ad simplices affe  
ctus est: quorū a iam dictis proximi erant quos ste  
gnosis excitabat. (uoco ita meatuum cutis uitium  
quo transmittere superuacua prohibetur.) Incidit  
is affectus aut obstructis meatibus, aut dēſatis. Sa  
nē densationem eiusmodi *μύσις* Gręci, id est cōn  
uentiā appellant. Ac obstructio quidem ex lentis  
crassisq; excrementis oritur cum confertim ad cu  
tim ruunt: densitas tum ab ijs quę adstringunt, tū  
quę refrigerant. Verum obstrui propositi nobis  
corporis cutis, si ad præscriptam ratiōem rite aga  
tur, non potest: densari certe aliquādo potest, tum  
ex ualido frigore, tum aluminoso balneo. Fieri au  
tem potest ut & post balneum sudorem uē, atq; ali  
am aliquā ob causam laxata prius cute, aurę ſla  
tus incidens obstructionē quampiā densationē  
que efficiat. Ac deprehenditur quidem iam dictus  
affectus protinus ubi se exuerint, ex colore albo,  
& cutis tum duritie, tum densitate. In ipsa uero ex  
ercitatione, ex eo quod ægre incalēſcant: quando  
nec ut prius æque sudant, nec bonum colorem in  
summa cute ostendunt: immo si quis eos ualentio  
re exercitatione iniūcta sudoris quippiam emitte  
re cogat, & minor hic quā ex consuetudine, &  
frigidior exit, minusq; halitui similis. Remedium  
huius affectus calefactio est. quippe ea frigiditati  
contraria

contraria est. Valentior ergo exercitatio, ac balneo calidior utendum. Magis quoque ad rem pertinebit, si in prima domo pinguius in oleo uoluetur. Esto uero oleum ex eo genere quod relaxet, cuiusmodi est in Italia Sabinum, quod utique ad eiusmodi affectus etiam est utilius si bimū trimū ue sit. Id nanque tum tenuius, tum calidius fuerit. Mora uero in frigido solio diuturna ne sit; sed nec aqua ipsa frigida. Induendi uero ungantur aliquo quod mediocriter calfaciat: oleis quidem, ex ijs quæ in Aegypto habentur, cicino, & raphanino: in reliquo uero orbe, dulci, tenui, ac modice antiunguentis uero, fusino, gleucino, irino, amaracino, & comacino. Atque ex his gleucinū quidē prorsus acopum est, ac relaxans: itaque etiam ijs quos uehemens lassitudo infestat, est utile. paulo hoc calidius, magisque relaxas fusinum est. Irinum uero, & amaracinum, & comacinum, etiam fusino calefacere potētiora, ijs affectibus qui proprie frigiditates dicuntur, sunt idonea. Cutis tamen densitati sanandæ etiam anethinum est satis: maxime si ex uiridi anetho fiat. Facit autem & ad tales affectus, sicuti etiam ad uehementes lassitudines, & acopum quod ex abietis semine componitur, id quemadmodum preparandum sit, post dicitur. Nunc enim uel hæc mihi supra iustum apposuisse uideor. siquidē in optimo est corporis statu, & liberam delegit uitam, nec in ea quicquam delinquit, & cui peritissimum tuendæ sanitatis artifex præficatur: in hunc uerisimile est morbosos affectus non admodum incidere. Redeamus itaque ad pensum denuo: relictisque uestione, refrigeratione, cruditate, uentris profluuiō, reliquis id genus, (satiū enim est in unum ea uolumen cōficere, quod de morborum symptomatis inscribimus) in præfenti de ijs quæ post uenerem adhibentur exercitijs differamus: quippe cum de his parum conueniat: alijs ita exercitandum ab hac putantibus, ut in exercitatione quæ apothērapia dicitur: alijs ut in præparatoria. Esto uero præparatoria exercitatio nec in quantitate laborum intra modum, & in qualitate ipsa incitatio ac celerior. Ac qui apothērapeutica quidem utendum censent, si sicuti in fatigatis, tum uires diminutas, tum corporis siccitatem suspectas habent, quorum utrumque & a concubitu, & ab immodica exercitatione sentimus. Qui uero præparatoriam adhibendam uolunt, ijs raritatem atque ad sudores præoptitudinem præcauent. quæ apothērapeutica intendi, ediuerso præparatoria emendari putant. Ipse laudatis utrisque propterea quod ueritatem ex parte uiderunt, sententias eorū in idem conferam. Nam & instaurandas uires esse, & laxitatem cogendam, nec siccitatem adaugendam fatentur utrique. Vna discretio desideratur in utrisque, ueluti & in compositis omnibus affectibus supra a nobis est dictum, et nūc nihilominus dicitur. Cum enim in idem uarij affectus coierunt, hi si unam medendi rationem indicent, utique intendi magis rationem eam conueni-

et, quam si singuli seorsum cōsisterent. Si contrarij sint: is qui uincit affectus, prius est corrigendus: ita tamen, ne reliquum omnino negligas. Ac qui uel propter ætatem, uel etiam alia ratione imbecilles concubuerunt: in ijs uirium infirmitas necesse est superet. Qui uero firmiores & iuuenes, ueluti qui nunc est propositus: horum habitus corporis in raritatem magis quam uires in imbecillitatem mutatur. Itaque etiam corriguntur hi non per ea quæ corpus relaxant, qualis est exercitatio quæ apothērapia dicitur, sed per ea quæ cogunt ac contrahunt, qualis est præparatoria: proindeque hac utendum: quandoquidem ea non solum motus tum celeritate tum robore calorem excitat, sed etiam habitum cogit ac cōstringit. Illud quoque fatentur gymnastæ omnes, ipsa profecto experientia edocuit, hæc unam exercitationē mederi raritati posse. Itaque nulla planè ad propositum affectum utilior est. Si uero anni tempus non dissuadeat, nec a frigido balneo abstinendum esse censeo. Cibus in modo quidem dabitur minor, in qualitate uero humidior, ut dum probe concoquatur, tum siccitas quæ ex uenere cōtracta est, corrigatur. Debet uero nec frigido temperamēto esse, sed uel medio, uel calidior. Nā quoniam corpus a uenere & laxius, & frigidius, & imbecillius, et siccius est effectū: debent planè quæ densent, & calfaciant, & uires reparēt adhiberi, atque ad hæc studium omne impendi. Cæterum quod efficere hæc uenus possit, id docere, ad præsentē disputationē non pertinet, in qua propositum est, quemadmodum optimū corpus quæ modissime post ueneris usum exercetur, ostendere. Quod sanè cōmode fieri non potuit nisi prius tradito cuiusmodi affectus sit qui succedere in corpore a uenere solet. Verū nūc id cōcedi nobis postulamus. In sequentibus cum euidenti demonstratione dicitur, tum quæ ueneris facultas sit: tū prorsus utenda sit necne: tum quænam ex ea cōmoda in commodaque pro corporum statu, & temporis anni ratione, & loco, & alijs id genus, quæ utrique determinare præterea oportebit, eueniūt. Post uenerem ergo species exercitationis ea esto, quæ præparatoriam uocāt. Post uigilias autē, uel tristitiam, uel ambas, quæ apothērapia dicitur: exercitatio idonea est, si tamē cruditas absit. nam si qua cruditas subest, omnino exercitandū non est. Quod autē post tristitiam & uigilias iam dicta exercitatio ad rem pertineat, etiā usus ipse ostendit: cum ab alia qualibet non solum lædi cernuntur, sed etiam imperantes, si forte dolor adhuc angit, parum æquo animo ferre. Idem ratio ipsa confirmat, nō minus quam usus. Nā quoniam a uigilijs & tristitia magis graciles, magisque aridi, ac minus dicto audientes planè cernunt: siccius existimandum est his redditum esse corpus. Eiusmodi uero affectus partim molli frictiōe cum multo oleo, partim tēperato balneo sanat, partim agitatione, sed quæ & tarda sit, & citra ualentiorē nixum, ac quæ subinde quietem interponat. Is uero apothērapeutici exercitijs

modus erat. Ad eundem modum ea quæ ab ira A uel portionis penuria siccitates fiunt, corrigendæ sunt. Contraria prorsus à iam dictis ratione humiditates emendare conueniet; siue hæ nimix potio nis, siue alia quauis occasione inciderint. Quippe studium in his ad siccitatem dirigitur. Verum ea communis omnium ratio est, membratim enim unicuique differentia sua est. Igitur si ex longiore desidia, & humectantis alimenti immodico intem pestiuoq; usu contracta humiditas est, longiore re medio est opus. Sin ex liberaliore potione quæ pri die sit hausta, citra ullum capitis aut oris uentris affectum constiterit; eam uel unico die per sanes li cet, si sicca frictione largius, & exercitatione uelo ci, & pariori potioe, & siccioris cibo utare. Quip pe quæ immodicæ ex uini potione humiditates B consistunt; si ex ea re noxa capiti aut ori uentris cõ municata est, de his agi hoc loco opus non est. di cetur enim de ipsis cum de morboris symptoma tis tractabitur. Quæ uero humiditas ex diutina ad modum desidia nascitur, hæc in propositum cor poris statum omnino non cadat; æque ut nec ea quæ ex humectantis natura cibi copia gigni, qua les fructuum plurimi sunt, itemq; olerum; quæ uti que acria non sunt, si quando tamen acciderint, se mel & confertim corrigi non possunt. Nam si ea tenus se fatigabit homo, dum habitum abunde sic cet, in lassitudinē incidet: ac febricitabit omnino diutius febrī. quod si uitiofæ præterea humiditates fuerint, etiam febrī quæ in plures extendatur di es. Tempore uero sanari possūt: ut post dicemus, C ubi uitiofas intemperies uertere in melius docebi mus. quippe similis prouidentia acquisititiū affe ctus est, & naturalis intemperienti, quare nūc de ipsis differere non oportet. Reliquum igitur est ut de matutina uespertinaq; frictione agamus, nō ad eum tamen modum quo Quintum respondisse di cunt, cum percontanti gymnastē quā unctio uim habet, respondit, Vests summouenda. iisdem e nim quibus nūc usus sum uerbis, tum gymnasten rogasse, tum Quintum respondisse ferunt. Simile Quinti apophthegma est, & quod de urinis cir cū fertur: nempe eas nosse, ad pictorem pertinere. Etiam illud quod de calido, frigido, humido, & sicco aiunt, utique balnearū ea esse nomina. quæ ipse sanē nemini uel Thesali affectatorum impu ne dicere, nedū Quinto permiserim. Quippe scur rarum eiusmodi facietæ sunt; haudquaquam ho minis tam grauem artem profitētis. Satiū igitur sit in proposito iuuenē ad hunc modum de matu tina frictione differere. Is nanq; aut ex summo ali quid de quo queri possit, non sentit; aut lassitudine grauat; aut aliqua alia quapiam affectione offen ditur earum de quibus paulo ante statim post lassi tudinis affectus hæcenus differui. Ac si de nulla quidem re conqueritur, superuacuum est eum aut fricare, aut ungere; nisi siquādo ingenti frigori oc

currendum uidetur. Tum nanque ueluti qui fri gida sunt usuri, sic eos quoq; frictione præparabi mus. Si uero lassitudinis sensus ullus appareat, iā dictum est hominē tum & ungendum esse, & mol liter fricandum. Simili ratione si siccior iulso sit, unguendus dulci oleo est, (nam id sicca corpora humectat) fricandusq; ut omnino parcissime, ita nec duriter, nec molliter est. Quippe succurrere digestioni in corpus oportet, non cutis carnis ue habitum mutare, neq; etiam quod in his contine tur, quicquam educere. quorum mollis utrunq; dura alterum facit. siquidem hæc cutem densat du ratq; mollis per halitum euocat, ac corpus laxum molleq; efficit. Verum cutis densitatem corrigere sifitudes, utique ei quæ ex duris tum frictione tum pertractioe, præterea uehementi exercitatione, & multo puluere orta est, mollis frictio cum copio so & dulci oleo medet. Quæ uero contracta ex fri gore est, eam primum frictione sicca ac celeri, de inde cum oleo adhibito calfaciētes, nature suæ re stituemus. Laxitatē uero quæ & frequens balne um, & mollem frictionem, & ueneris usum cõse cura est; paucula frictione, primū quidem sicca, de inde cum oleo quopiam eorum quæ adstringant, sanaueris. Humiditatem uero quæ nimix potioni successit, sicca frictio, et cū linteo administrata, uel cum manica, quam χαλιδία Græce uocant, inter dum etiam folis manibus, idq; uel citra omne pin gue, uel cū eo planē exiguu corrigit. Sit autē quō per halitum euocet oleū ipsum dulce, omnisq; ad stringentis facultatis expers. Atq; ita quidē se ha bet matutina frictio. Vespertina uero ijs utilis est quos uel lassitudo ualida premit, uel siccitas male habet, uel atrophia macerat. ita uocāt Græci cum corpus ex alimento fructum non sentit. Verū atro phias symptoma nunc præsertim seponatur unā cum reliquis morboris symptomatis; quæ post tra ctantur. In proposita uero natura cum uel uali da lassitudo, uel immodica siccitas corpus afficit, prandium minus esto; tum ab eo ad coenam lon gius interponatur tempus. plurimū quiescat; exi guum tamen quippiam inambulet; quō cibis per erectam agitationem concussus subfidat. Vtilius etiam sit si & aluum exonerare possit. His etenim probe peractis securus oleo dulci frices. uentrem tamen omnino non continges; cum alioqui peri culum sit ne & cibum deterius concoquat, & suc cus quispiam ex eo semicrudus in corpus digeratur, & caput turbetur, & stomachus subuertatur. Optimum igitur fuerit omnino uentrem non at tingere. Quod si in musculis ei uicinis uel lassitu dinis sensus aliquis, uel siccitas appareat maior; ungi debebunt medio crure, & blande, & suspen sa manu. Ac si causas quispiam eorum quæ dixi mus, reddi sibi cupit; proximum librum legat, in quo de morboris symptomatis agemus. Nā hæc mihi uideor satis hæcenus extendisse.

Clau.

## GALENI DE SANITATE

TVENDA LIBER QVARTVS

THOMA LINACRO ANGLO  
INTERPRETE.

QVOD pleriq; omnes recentium medicorum faciunt, qui dum tempus philosopharū cauillationibus terūt, quod maxime necessarium est, aut leuiter tantum attingunt, aut prorsus omitunt, id ipse non faciam: sed (quod ab initio institui) ei quod necessarium duxi, insistent, quæ logice magis speculationem habent, in aliud tempus differam. Statim enim de morborum symptomatis, de quibus hoc libro differere statui, non leuis quæstio oritur, eam ad ualitudinis tuendæ artem spectent, an ad eam quæ medendi rationem præscribit, an harum neutram, sed tertiam quandam, quam nonnulli mediam statuunt, neutramque appellant. Ego haud ignarus, siue quis in sanitatis tuendæ, siue etiam medendi arte, eorum meminerit, fore ut æquæ cauillatoribus fugilletur: illud quoque intelligens, etiam si quis tertiam tractationem his dicet, de neutris eam affectionibus inscribens, uel magis irritos, contumeliososq; futuros, præterea quæsituros de maribus & foeminis in quonam opere præcipiam: in hoc uolumine de his agere potissimum elegi. Si enim fieri nequit ut philosopharum nugamenta deuitem, atque hac ratione minus erunt importuni: utique sic faciens melius consuluisse uidebor. Huc accedit quod ex speculatione ipsa magis intelligitur ipsa doctrinæ communiō, si quis illa quæ dicuntur, attentius leget. Ea hinc ingrediar. Artis quæ ualitudinem tuetur, nō leuis portio est ea quæ de exercitatione præcipit. huius rursus non exigua pars est quæ lassitudines præcauet. Porro mōstratum in superioribus est, similem rationem esse instantis lassitudinis cauendæ, & eius quæ iam occupauit, summouendæ. Ergo non alibi quemadmodum hanc futuram uites, alibi quæadmodum iam urgentem corrigas, tractandum est. Atq; hac quidem de causa in proximo libro, qui totius operis tertius est, de lassitudine quæ exercitationi superuenit, disputatum erat: simul habita mentione de similibus affectibus, quorū aliqui exercitationes maxime sequebantur. Nunc primum quidem de his prout citra exercitationem incidunt, agemus: secundo loco de illis quæ similitudinem quādam cum his habent. Ac quæ immodicas quidem exercitantes lassitudo excipit, sanorum symptoma est. quæ uero sine his consistit, morbosum. Itaque & ab Hippocrate dictum cōmodissime uidetur: Lassitudines sponte natæ, morbos nunciant. Atque ulcerosus quidem sensus, symptoma lassitudinis est. Causa uero unde ea nascitur, affectus lassitudinis est. Porro huius rursus ipsius causa bifariam scinditur: aut enim intra ipsum animalis con-

tinetur corpus, uocantq; Græce πηγουμένη: aut omnino non inest, uocantq; πρὸ κατὰ τὴν φύσιν. [Nos illam internam, hanc externam non incommode uocemus.] Itaq; tria in uniuersum genera sunt de quibus habendus sermo est: Ipsi lassitudinis symptoma: Affectus unde hoc oritur: & affectus ipsius Causa. Cuiusq; uero horū species quædam differentes sunt. Causarum (ut modo diximus) externa, & interna. Affectus (ut in precedenti libro docuimus) is qui ulceris, & qui tensionis, & qui phlegmones sensum inuehit. Symptomatis uero, ipsi tres sensus. [neq; pauciores uero] neque plures his differentias ueras saltem nominare possis. Qui igitur ulceris sensum facit, (incipiendum enim ab hoc est) motus quidem grauem excitat sensum, seu corpus ulceretur: idq; uel circa cutem tantum, utiq; cū est moderatior: uel circa subiectam illi carnem, cum est ualentior: uel circa utrumq; cum adhuc est atrocior. Atq; hoc quidem est lassitudinis symptoma. Affectio uero ex qua id nascitur, acrimonia est tenuis & calidi humoris, qui corpus erodit, stimulat, ac pungit. Oritur hæc aliquando ex immodico motu, ut in proximo libro ostendimus. aliquando ex uitioso succo, qui imprudentibus nobis in corpore succreuit. Tales uero lassitudines, spontaneas Hippocrates appellat. Alterū uero lassitudinis genus (nempe in quo tensio sentitur) quoties sua sponte incidit, plethoris superuenit. Quippe tenduntur ex hac solidæ animalis partes, præcipue in quibus succi continentur. Tertiū lassitudinis genus, quod phlegmones sensum affert, ex ambobus oritur, tum nimia boni succi abundantia, tum prædicto uitioso succo. Non enim quæuis mali succi species, sed tantum in qua rodens acrimonia continetur, ulcerosam lassitudinem creat. sed nec eiusmodi quidem succus dum in uenis cum sanguine miscetur. Latet enim tum eius uis, utpote transfluentis, & à sanguinis bonitate superari. Verum cum ab his translatus, in carnibus, & ad cutem solus hæret, ulcerosum sensum tunc ingerit. Qui uero ex abundantia nasci hanc lassitudinem putant, sanè falluntur. Nam neq; ex ea copia quam plethoran dicimus, (hæc enim eam quæ de tensione quaritur, gignit) neq; ex ea quæ uires prægrauat. Non enim erosio, aut ulceris phantasia, sed uel grauitas, & ad motiones segnitia, talis sunt abundantia symptomata, utiq; dum ad animales collata uires, eas superans premit: uel pulsus quædam uitia, si quando uitalem urget: de quibus dictum abunde est in his quæ de pulsu scripsimus: eque ut in libro quem de abundantia scripsimus, etiam notas & naturam uirium cum premuntur, & reliquarum amarum tradidimus. Non est igitur abundantia, eius lassitudinis quæ ulceris sensum præfert, causa, immo humorum qui in cute & carne continentur, acrimonia. Hæc enim ut quieta sensum lateret, sic agitata protinus sentit. Motus hic lassitudini primus ac plurimus proprijs quibusdā rationibus accedit: quas mox dicemus. Alter ex incideri, scilicet cum

Aliis.  
ὅτι τὰς τοὺς.  
id est, in his.

Aliis.  
ἀπὸ τοῦ πλεθροῦ  
& ἀπὸ τοῦ πυρετοῦ.  
id est, affectus  
& sensum.



cum nobis partem aliquam aut etiam totum corpus mouere uolentibus, cum hoc humores qui in ipso cōtinentur, simul mouemus. Verum hic minimus est, & lassitudinis duntaxat sensum infert. Vehementior rigorē excitat: (appello nunc rigorē, nec illū uehementis frigoris sensum, nec duriciē: sed inæqualē totius corporis cōcussū & turbationem.) Medius inter utrunq; horrorem. Quod autem nihil obstat etiā si calida causa sit, quo minus rigorē horroremq; excitet: in ijs quæ de symptomatum causis scripsimus, ostensum est. Nunc satis fuerit summas tantum eorum quæ illic prodidimus, ad præsentē disputationē quasi basim subijcere. Cū in sensibili corpore succreuit excrementum mordax, duplici id ratione admodū incitatur. Vna, cum à sensibili ipso corpore impellitur: utpote quod repellēdi alieni uim obtinet. Altera cum uehementiore momēto agitur: id quod tum ab exercitando cōquirat, tum frīctione, tum balneo. Ergo quæ sub calida & putrida excrementa sunt: ubi uehementius mouentur, non horrore modo rigorem uel qualem diximus afferunt, sed etiā febrem accendunt. At quæ frigida sunt, & ex partibus tenuibus cōstant, ea horrorem quidem rigoremq; creant, non tamen febrem excitant. Porro uim quandam utriusq; congestam esse oportet si hæc fecerint. Quæ uero aut planè exigua in sensibilibus corporibus excrementa mordacia, aut multa illa quidē, sed tamen nō planè adhuc mordacia, subijgerunt: hæc ulcerosam lassitudinem faciunt: de quibus utiq; hoc libro nobis est agendū: quando quæ febrem accēdunt, ea ad medendi artē spectāt. Sanatio utriusq; generis parim cōmunia curationis amborum consilia recipit, partim utriusque propria. Dicitur uero prius quæ cōmunis sanatio est. Oportet igitur excrementum, siue calidum id sit siue frigidū, ipsum aut expellās, aut certe alteres. Recipit uero non omne excrementum alterationem à natura. Si quidem nec omnis cibus in cuiusuis animantis uentre concoquitur: sed cognatio quedam ei quod concoquit, cum eo quod concoquitur, esse debet. Quod igitur omnino alienum est, nulla fieri ratione potest ut id naturæ suæ gratiam recipiat, sed educere id q̄ primum est tenendum: æque certe ut quæ in uentre corrupta prorsus sunt, ea uel uomitione uel deiectione expelli profecto est optimū. Nō tamen perinde prōptum est in carne, atq; alijs corporibus imbibitum uitiosum succum educere: ut qui in ijs quorum sensibilibus capacitas est, continetur. Interdum nec ipsa laborantis natura medicamētum quod malum succum mature uacuet, admittit: sicuti interdum & alius quispiam affectus obstat qui talem educendi rationem respuat. De quibus mox dicam, si prius quod reliquum erat in superius posita diuisione, adiecero. Quippe quæ communiter spectant qui excrementorum uitij medentur, ea iam diximus uacuationem alterationemq; esse. Propria uero utriusque generis nunc adijciamus. Neque enim una tantum ratione educendū alterandū uel est:

A sed explorata quæ ei quod affligit, maxime sit accommodata, ei est insitendum. Ea uero, ut in summa complectar, ratio est, quæ ex contrario opem molitur: priuatim uero, quæ ex cuiusque contrario. Et summa quidem totius rei hæc sunt: quæ latius tamen nobis nunc explicanda sunt unā cum sua cuiusque euidenti demonstratione: idq; ab ulcero affectu orlis. Quoniam igitur eiusmodi latitudo uitio acrium excrementorum oritur, ante omnia considerandum est, in solidis ne tantum corporibus, an intra uenarū sinus malus succus cōtineatur. De ijs uero quæ intra uenas sunt, nullum planè nec manifestum nec euidentis signum habemus præter solam urinā: conijcere tamen ex his licet. Primum æstimabimus quoniam qui affligitur, uisus sit uictus. Secundo, solitūne sit malū succum naturæ sponte congerere. Ad hæc, an naturalis aliqua & cōsuetæ excretio iam delierit. Quarto, an exercitatione, purgatione per uomitū aluum uel aut usu aquarū sponte nascentiū soliti superuacua expellere, id intermiserint. Atq; in uictu quidē uidendum an cruditas & crebrior et maior quā ex consuetudine præcesserit, an mali succi cibus copiose se impleuerint, an uinum pro antiquo mustum, pro tenui crassum, an aqua marina mistū biberint, an etiam prorsus à uino se ad aquæ potionem transulerint: nec semel bis uel in quolibet horum peccauerint, sed assidue, bonoq; tempore. Secundo (sicuti diximus) æstimandum num ex eorum numero qui facile malum succū congerunt, lassatus ipse sit. Deprehendas id per cōtatus an scabie, aut lepra, aut uirilagine, aut pruritu crebro sit affectus. Item an erysipelas, aut elephantiasis, aut herpes, aut ophīalis, aut alopeciasis, aut pustulæ crebræ, aut epīnctides, aut deniq; ullū symptomā quod ex uitioso succo & natū & auctū est, illū male habuerit. Ab his considerata diximus, conueratne ulla excretio retenta sit per uomitum, uel hæmorrhoidas, uel fistulam aliquam, uel dyfenteriam: uel si mulier est, per menstruū profluuium. Deinde num ipse medicamēto se purgare semper solitus, id intermiserit. Nonnulli enim sunt qui de iectorijs medicamētis, alijs uomitorijs, aut urinam sudorem uel cientibus, aut usu sponte nascentium aquarum, utique quibus aut sulfuris aut bituminis aut nitri uis inest, uere uel autumnio quotānis soliti excrementa uacuare, aliquando id negligūt. Multi (ut dictū est) exercitationū consuetudinem dimiserunt. Alij rursus omnis frīctionis, aut balnei, aut à uino dulci post balneum uomitionis morem prætermiserunt. Sanè constat non illorū modo nos qui optimo sunt corporis temperamento, fecisse mentionem, sed quò nihil in mali succi causarum catalogo sit prætermisum, etiam eos qui uitiosum succum natura prompte congerūt, sermone comprehendisse: de quibus fusius inter uitiosos corporum status proximis uoluminibus agemus. Atq; ex his quidem de mali succi modo coniecturam facere oportebit. ac remedium ad mensurę eius quantitatem proportiōe inuenire. medicrius, si omni

si omnino sit exiguus, & ad cutem tantum collectus, ualētius, si multus, & in profundo. Prius uero eius qui exiguus, & iuxta cutem est, curatio dicetur: deinde eius qui in carne residet: tertio ab his loco, eius cuius totus sanguis impurus excrementosusq; est. Sed si quis iam institutū mihi ab initio repetens, boni succi iuuenē dederit, qui prius salubri omnino uictus ratione sit usus, nunc necessitate quapiam urgente longi temporis iter confecerit, in quo nec exercitatus, nec lauatus pro consuetudine fuerit, cibis potioneq; mali succi usus sit, tū a prandio, uel coena, uel etiā toto die uehiculo sit uictus, nec bene plerunq; dormierit: illud tamen addatur, nihil huic in modo assumptorū erratum esse, proindeq; nec in cruditatem ullam incidisset: talis multum mali succi cōgessisse profecto nequi uerit. itaq; etiā nec remedium operosum requirit, immo exercitationem tantum quæ apothērapia dicitur: quam in proximo ante hunc librum docuimus, ubi pariter de accommodata ei rei uictus ratione precepimus: quō minus est hic multis morandum. Tantum eius meminisse conueniet, huc omne cōsiliū dirigere qui corpora sic affecta curat, ut excrementa quæ circa cutem sunt, educat: propterea quod affectus in hac una consistit. Itaq; rursus detur eundem iuuenem præter alia quæ eadem sint, etiā in cruditates sæpe incidisse. Detur & ulceris sensum habere, non cute tenus modo, uerum etiam altius in corpore, sic ut totum id malis succis refertum suspicere. huic nec exercitatio- nem, nec ullum omnino motum iniungemus, sed quiescere ac dormire iussim, in abstinentia totum diem exigere cogemus: dein uesperis pinguius uncto, & temperato balneo mediocriter lauato, pro cibo dabimus sorbitionē aliquam boni succi, sed planē quāminimā. nec tamen a uino eum abstinebimus, concoquit enim id semicrudos humores, quātum aliud quiduis: tum sudorem urināque promouet, ac somnum conciliat. In ijs autem qui ita se habent, id agendum nobis est, ut quod mali succi iam planē corruptum est, nec concoqui etiā potest, id sudore urināq; expellatur. quod semicoctum adhuc est, concoquatur, atq; utile redatur. Id autem optime quiete somnoq; confiet. Si ergo his peractis malum confiterit, ad consuetudinem rursus reducendus homo est. Sin in posterum etiam diem duret, de ualentiore iam remedio est cogitandum, maxime si per noctē uel lassitudo magis q; ante uel fastidium infestet, uel perui- gilet, uel somnos turbatos & imaginationibus inquietos habeat. his enim, si uires non dissuadent, duorum alterū, aut sanguis mittendus est, aut purgatio exhibenda, sed discernentibus nobis utrum magis expediat, ut mox dicetur. Sin uires imbeciliores dehortantur, sanguis mittendus haudquaquā est, sed deiectio mediocris adhibenda. cuiusmodi aut deiectio mediocris sit, in sequentibus docebitur: sed si prius quæ priora sunt definiuerimus. Nam uirum robore constante si lassitudo adhuc infestat, æstimandum est, cum sanguinis ne copia,

an cum crudis humoribus, an per se solus consistat uitiosus humor qui lassitudinē creat. Nā si cū sanguinis copia, aut uena incidenda, aut aliquid quod tantūdem ualet, agendum. Sanē tantūdem possunt hec: Quibus hæmorrhoides sunt retentæ, si has emiseris. Si mulieri mēstrua cōsuetudo cessauit, hanc prouoces. Si quibus horum nihil est, si malleolos scalpello incidas. Post hæc alius eo medicamento deijcienda est, quod maxime accommodatum malo succo sit. Quod si uitiosi tantum succi, hiq; citra sanguinis copiam subsint, purgatio petenda est quæ infestanti excremento sit accommodata. Infestat uero aliās biliosum, aliās atræ bilis, aliās pituitosum, sed quod uel saluum uel acidū sit: atq; horum quodlibet aut crassius, aut sero propius, aut media quapiam cōsistentia. De quorum discernendorum notis nunc agamus. Si cum pus- tulis (que Græci *ἰσχυρίσματα* uocant) lassitudinis affectus consistat, ex his facilis inuentu erit excrementi species. Sin absq; his: in boni quidem succi corporibus tum ex ijs qui præcesserunt cibis, tum reliquis quæ ipsis corporibus inciderunt. In ijs uero qui malos succos natura colligunt, hinc quoq; nonnihil capiendū. Sed de eiusmodi temperamentis uberius post agetur. Nūc de reliquis agamus, ex quibus licet de mali succi specie coniecturam accipere. Qui in ocio degunt, ij pituitosum acer- uare succum solent. Quos multus labor exercet, ij biliosum, uel melancholicum: illum ætate, hūc autumno gignunt. Quinetiam an diurni labores fuerint, inspiciendū est. Quanto enim fuerint longiores, tanto sunt ad atram generandam bilem magis procliuēs. Præterea qui cum multo sudore obeuntur, ij crassius excrementum faciunt. Qui sine sudore peraguntur, magis tenuē: ueluti qui hyeme & frigido aeris statu suscipiuntur. Considerandum ad hæc est non solum de urinæ multitudine, [et] qualitate] sed etiā de sudoris qualitate. hic nanq; partim acidus, partim saluus est, partim ueluti lutum aut uirus planē olet. licet aut hoc ex strigili deprehendere cum lauantur. Sæpe nāq; amarus planē apparet: qualis utiq; morbo regio laborantibus emittitur. Eius uero dignotio etiā citra gustum facilis est ex solo colore. Quippe pallidus pro eiusmodi bilis ratione apparet. Sæpe tamē post ualidissimos labores, & uehementē æstum, planē flauus conspicitur. Aliquādo medius, atq; ambo- bus mistus cernitur: ueluti quodāmodo ex pallido flauus. *ἡρόφραστος* Græci dicunt. Ad eundem modū & ipse bilis humor se habet: quando hunc quoq; in uomitu deiectioneq; aut pallidū, aut flauum, aut ex utroq; cōpositum licet intueri. Quailiscunq; uero is in corpore habet, tale necesse est eius appareat serum. Ac sudor quidē, succorū qui in uniuerso corpore abundant, nota est: urinā, eorum tantū qui uasis cōtinent. Omnino ergo nihil omittendum: sed sudor quoq; ipse, ut modo diximus, inspiciendus. Aliquādo uero ipsum qui afficitur gustare sudorē suum, quod certius internoscatur iubemus. Id quod aliquando sua sponte accidere

folet, dum ex fronte & eius partibus in os sepe de-  
labit. Aestimare preterea urinæ tum cōsistentiā,  
tum colorem oportebit. Sed nec quæ in ea pen-  
dent, aut sidunt, prætermittere conueniet, sed om-  
nia perpendere. Cuiusmodi enim sanguis sit qui  
in uasis continetur, ea planè ostendunt; quando si  
is biliosus sit, serū quoq; eius biliosum esse necesse  
est. Idq; pro utriusvis bilis ratione. Simili modo pi-  
tuitosum, si is sit pituitosus. Ergo ubi crudus pla-  
nè is est, utiq; tenuis aquosaq; urina cernitur, nihil  
nec quod sidat, nec quod pendeat, in se habēs. At  
ubi is concoctus est, hæc in urina apparent: atque  
etiam nubeculæ quædā desuper tenues superfiās,  
ueluti quod in summo lacte colligitur, (Græce  
ζεῶνς dicitur) & quod in summo refrigerati iulcu-  
li concreuit. Quod si turbida sit, qualis ueterino-  
rum uisitur, crudis refertas uenas indicat, non ta-  
men cessare naturam, sed eos ualenter concoque-  
re. Si uero celeris separatio crassi à liquido in ea  
cernitur: sitq; quod subsidit, album, leue, & æqua-  
le; iam iam superaturam eos omnes naturam indi-  
cat. Sin cū emingitur, pura sit, protinus uero tur-  
betur, iam crudi succi concoctionem aggredi na-  
turam docet. At si interposito tempore turbetur:  
non protinus, sed post aggressuram insinuat. Ve-  
rum omnium quæ turbantur urinarū generalis no-  
ta esto ipsius crassi à liquidiore separatio aut pro-  
pere aut tarde facta, aut omnino nulla. Ergo si pro-  
tinus fiat, & quod subsidit sit album, leue, & æqua-  
le; superiorem longe naturam succis quos conco-  
quit ostendit. Sin bonum sit quod subsidit, sed  
quod post longius interpositum tempus colliga-  
tur: etiam naturam temporis spatii superaturam  
succos nūciat. Si uero uel omnino nulla separa-  
tio, uel id quod subsidit, malum sit: imbecillitas na-  
turæ significatur: egeatq; ope aliqua ad succos per-  
coquendos. Sicuti uero urina, succorū qui in ua-  
sis sunt, qualitatem prodit: ita sudor, aliq; quæ per  
uniuersum animalis habitum apparēt, eos qui il-  
lic sunt affectus demonstrant. Quippe superanti-  
bus in eo calidis succis, insolito caloris sensu urge-  
tur: frigoris uero, cum frigidi dominantur. Iam al-  
biores pituita superante, pallidiores bili abundan-  
te cernuntur. Quod si meracior bilis sit, etiam pla-  
nè flauiores. Siquidē color à succo provenit, non  
ex solidis animalis partibus, utiq; cum se succi in  
altum non receperūt. Accidit uero id illis propter  
frigora, rigores, uel animi affectus, ueluti timorē,  
uel ingentē tristitiam, uel incipientem uerecundi-  
am. Quorum nullum si adsit, nunq; se in altum re-  
cipient succi. Aequè nec in cutem uiolentius irru-  
entes, hanc adurent unquam, nisi animus aliquo  
modo affectus sit, aut restu immo dico animal ex-  
trinsecus obfessum. Ergo uehementer commotis,  
aut iratis, aut in pudore ueluti recitocantibus se  
humoribus, inspicere colorem non oportet. At si  
nec ambientis uiolentia calidi frigidi ue, nec ullus  
animi affectus cuiusmodi iam dictus est, subsit: cer-  
tissima succi animalis cognitio ex colore dat. Tan-  
quam igitur corpus sicuti albus solito est effectū,

A pituitosum abū dare succum indicat: sicuti palli-  
dius aut flauius, biliosum: ita sicuti ad rubicūdius  
quam pro natura est mutatum, sanguinis abūdan-  
tiam subesse significat: sicuti ad nigrū, nigrā su-  
pereffe bilem ostendit. Videas preterea ceu plum-  
bi colorem aliquando nōnullos habere: rursus ali-  
quando ceu misturam esse albi, liuidiq; aliquādo  
liuorem solum sine albo consistere. Ergo eiusmodi  
colores, crudos dominari succos indicant: qui  
cum de genere sunt pituitæ, minus tamen humidi-  
tatis habent q̄ ea quæ publice uocatur pituita. ple-  
runq; uero huic nec lentor inest. Nam is si adsit,  
Praxagoras eiusmodi succum uitreum appellat:  
egregie quidem frigidum: crassum tamen eo quē  
crudum per eminentiam uocant, certe minus. Ge-  
neraliter igitur eiusmodi succi omnes albi crudiq;  
sunt, nomenclaturam uero alius alia fortitur. Nec  
attinet ad præsentem disputationem ea omnia di-  
stinguere: quippe ad quam illud tantum commu-  
ne omnium accidens pertinet, quod hi succi per-  
cocti à natura non sunt, sed crudi adhuc manent.  
Siquidem sanguis in medio est biliosorum atque  
horum: quorum utiq; genus uno uocabulo appel-  
lare licet uel crudū succum, uel pituitam. Illi nan-  
que ex sanguine fiunt ubi supra iustū modum est  
percoctus: hi uero ex eo nondum perfectio. Sunt  
autem utriusq; generis innumere particulares dis-  
ferentia, ceterum quæ ab ijs qui in talibus sunt pe-  
riti, in numeratas species sunt iam descriptæ: quar-  
um tamen ipsarum adeo hic omnium meminisse  
necesse non est, ut etiam satis sit eas ad unū caput  
redigere, quod tibi ueluti scopum agendorū pro-  
ponas. Nam quoniā alij prius quàm ad exactum  
sanguinem nutrimentum peruenit, ueluti semico-  
cti sunt, alij prorsus incocti crudiq;, alij paulo ab-  
sunt à sanguinis forma, rursus alij sanguinis faci-  
endi, siue (ut ita dicam) sanguificationis ueluti ul-  
tima pars, qui utique excessu caloris proueniunt;  
(quorum alij paululum, alij plus, alij plurimum à  
sanguine recesserunt) ubi paululum uel citra san-  
guinem restitū, uel ultra processum est, audacter  
mittendus sanguis est. ubi plus, cōsideratius agen-  
dum: ubi plurimum, in his nullus omnino mitten-  
dus est. Inspicere uero & quantitatem conueniet:  
ut uerbi gratia si bonus sanguis exiguus sit, reli-  
quus uero succus plurimus: utiq; in his abstinen-  
dum à detractioe sanguinis est. Sin is quidē exi-  
guus, sanguis uero copiosus: audacter incidenda  
uena est. Dcin deiscere (ut dictum est) aluiū opor-  
tet: ratione habita de abundantis succi copia pari-  
ter & specie. Quod si quis uel propter ætatem uel  
timiditatem permittere se medico ad sanguinem  
ullo modo detrahendum nolit, huic deiscienda lar-  
gius aluius est: aut si id quoq; suspectū habet, alia  
ratione educendum superuacuum est. Ac in pro-  
posita nobis hætenus natura alias uacuandi ratio-  
nes inuenire difficile non est: in alijs cum discretio-  
ne & diligenti examine disquiri eas conueniet. E-  
am discretionem post trademus, ubi de propofita  
boni succi natura tractationē absoluerimus.

enim

enim talem hominem ex mala uictus ratione lassitudinis affectum; deinde ex ijs quas retulimus notis, in uenoso uasorum genere apparere subesse illi copiam semicrudorum succorum; in reliquo uero corpore toto multitudinem horum quos lassitudo secuta est, auctus præterea illi quodammodo & sanguis efflo. Maxime ergo (ut dictum est) detrudere primo de sanguine oportet; deinde succum illum educere qui superare uidetur. Non sustinente autem homine sanguinem sibi detrahi, augere deiectionem. Si uero neutrum admittat, aliam quampiam rationem iniri, qua maxime si non breui, at longiore tempore pristina corporis habitudinem homo recipiat. Quoniam ergo duo prima sunt, quibus primum intentus sit oportet, qui eiusmodi affectibus medebitur, crudorum siue etiam semicrudorum qui ante sanguinis perfectionem fuerunt; perfectio; & acrium ac mordacium, qui secundi sunt; et sanguine posteriores, eductio; abstinere eos conuenit ab omni ualido motu. Blande uero unctos, atque oleo perfrictos, perquam suauiter lauare balneo; inde in ocio abstinere itaque habere, atque etiam somno, si fieri potest; minime ignorantibus nihil esse quod æque concoquat ea quæ concoqui possunt, & malos succos per halitum digerat, ut somnus à balneo. Cum igitur (ut paulo ante diximus) primo die experti an facile finita lassitudo sit, similiter grauatum hominem cernimus; tum mittendus in balneum secundo etiam die est, tum in quiete abstinentiaque habendus. eque uero & si iterum & tertio [oportere uideris, itidem] ieiunium lauiabis, quietem ac somnum ipsi lauacionibus interpones. Conducit ad somnum non in postremis ipsum quoque balneum. sunt enim qui eo sunt usi omnes magis ad somnum propensi, modo maioris momenti nihil obstitit. Adeo tibi somnus & causa & signum percommodum sperata utilitatis sit; uelut eduerso non posse à balneo dormire, nec causa, nec signum est comodum. Quippe plerumque redundantis succi indicia ex somno uigiliisque ceperis. frigidi namque succi marcorem, quod *lūqua* græce uocatur, & longiores somnos inducunt; calidi & mordaces, uigilias; si quando dormit, uarijs imaginibus inquietos & turbatos somnos efficiunt, sic ut statim excitent. Sicuti autem in primo die, ita etiam in secundo forbitionem & minimam & simplicem illis exhibebimus. Quippe largi ijs apponere quibus aut ferri potius aliquid debeat, plane est contrarium; sicut rursus omnino non nutrire, & fastidia stomachi (quas Græci *hosas* uocant) creat, & eundem lædit, & uires labefactat, & malum succum adauget. Ergo exiguum his dandum; ac potissimum, si fieri potest, pitane cremor simpliciter conditus. sin aliter, farris, eodem quo pitana modo præparatus, cum paulo aceti adiecto; præsertim si cruditatis abundantiam, uel in uenis, uel in toto corporis habitu subesse suspicamur. Quippe si nihil prorsus aceti sit alia admixtum, glutinosior erit quam ut propositis conducatur; itaque obstruet magis quam detergebit halitus meatus; quod tamen maxime

Galen.

A peti in crassis ac glutinosis succis, cuiusmodi plantæ omnes pituitoli sunt. Ac boni quidem succi far ipsum est, & propterea eiusmodi qui à uitioso facile securos præstet. Caterum nisi lentior eius corrigatur, adiectis aceto & porri modico; non solum obstruet, sed etiam nutrit plenius quam propositis sit ex usu. Hac itaque de causa pitane cremor in hoc casu tutior est, ut qui tum modice nutriat, tum nusquam per angustos meatus hæreat, sed & permeet ipse, & meatus per totum detergeat, & quicquid in semicocctis crudisue succis continetur crassi, id dissiliet ac resoluat. Horum ipsorum gratia & multa his idonea est, & oxymeli, & apomeli, & piper, & giber, postremo omnia que citra uitiosi generatio nem succi, humorem crassum dissiliet soluuntque; quorum materiam latius in sequentibus prosequemur. Ad institutum uero nunc sermonem exempli loco posita sint, & quæ iam sunt dicta, & quæ nunc dicenda. Frugum namque maxime apta est pitana. Olerum sola lactuca. Piscium qui saxatiles dicuntur. Panis qui & furno coctus, & fermentatus, & modice purus est. Aues monticolæ. Potio oxymeli, mulsa, uinum tenue & album, semelque quæ boni sunt succi, eademque detergent, nec glutinosa sunt, nec crassum succum efficiunt, nec ualenter nutriunt. Quæ uero urinam cient, hoc casu non probum; maxime quæ præualentia ex his sunt, & sanguinem calfaciunt ac liquant. quippe quod concoquendum probe est, huic tanta adhuc uexatio non conuenit. Hæc itaque omnia secundo die facienda ad hunc modum sunt, atque etiam tertio, quartoque. Ad hæc præterea si tum lassitudinis sensus leues, tum corpus coloratius appareat, tum somni quieti, & urinæ concoctæ sint, fricare quidem liberalius, exercitare uero parce hominem audebis. His ita peractis si nullus lassitudinis sensus præterea supersit, ad consuetas statim exercitationes hominem reduces. sin quicquam appareat priorum aut symptomatum, aut notarum; rursus tu quoque in id intentus, mutare tentabis ea quæ particulatim non recte habent. Si itaque solius lassitudinis sensus recordatior superest, cæteris notis omnibus bene se habentibus, utique apothera pie munere lassitudinem summo uebis. sin autem turbata notæ sunt, & ueluti confusæ, ceterum lassitudo abest; in quiete maiore seruare hominem oportebit. Si uero ambo coierunt, eadem ratione hominis curam ages, qua prius usus in eum statum duxisti, quo etiam exercitationis aliquid tentare auderes. Atque ita quidem iam comprehenso affectui medendum cenfeo. At si in eodem homine reliqua eadem sint, ceterum in lassio corpore sanguis bonus exiguus sit, crudi humores plurimi; huic nec sanguis mittendus, nec alui deiectio, aut exercitatio, aut omnino motus, aut balneum adhibendum. quippe incisa uena bonum sanguinem emittit; malum qui in primis maxime uenis circa iecur, & quod mesenterium uocant, colligitur, in totum attrahit corpus. Deiectio uero in talibus tormina & rosiones creat, animique deliquia, cum eo quod nec notatu quippiam dignum educit;

Tom. 2

n

quando

quando crudi omnes succi, pigri, atq; ad motū inepti propter crassitudinem frigiditatemq; sunt: quo fit ut etiā omnes angustas vias obstruāt, per quas id quod medicamentum deijcit, ferri ad aluum debeat; itaq; nec ipsi educantur, & alijs sint impedimēto. Id quod sanē Hippocrates illo oraculo praecauit, quō breuissime praecipit concocta medicamenta tentanda esse, non cruda. Eadem de causa nec exercitare, nec omnino mouere, sed nec lauare expedit eos qui in primis uenis crudorum copiam habent. Siquidem omnes id genus motus, succos illos in totum corpus agunt. Seruandi igitur hi sunt in omni quiete: dandaq; ipsis cibis, potio, medicamentaq; sunt singula eius generis quae attenuent, dissoluant, & conficiant succorum crassitudinem, idq; citra manifestū calorem. Nam qui excelsa uementius succi sunt: ij in omnē corporis partem feruntur. Ergo nutries hos maxime oxymelēte, aliquando etiam ptisanā & nulli exiguō quoquam. Sustinēt enim hi uicium, si modo alij ulli, tenuem: ipsa nimirū crudorū copia, quos paulatim concoquunt, ad corporis alimentū abutentes. Quoniam autem praecordia istiusmodi omnibus turgida inflataq; sunt, ac facile quicquid alsumperint, in flatum uertitur: nō inutile fuerit longi piperis aliquid cum cibo dare: quippe quod flatuosi spiritus crassitudinem soluit, & quae in praecordijs pigra cessant, ad uentrem depellit, & concoquendis quae sumperis subuenit, pro communī piperum ratione. Quod si huius copia non est, utiq; albo utendum: quippe quod supra duo reliqua genera uentrem roborat. Sin hoc non adest, optimū nigrum petendū est. Id uero fuerit, quod pondere praecellit. Sanē utilius sit & diospolitico medicamento uti: cuius cōpositio duplex est: alias ex paribus omnibus, cumino, pipere, ruta, nitro, potestq; ita magis uentrem soluere. Alias cum reliquorum pari pondere miscetur nitri dimidiū, praefutit autem cuminum esse quod uocant aethiopicum: piper uero, uel longum, uel album. Macerabitur cuminum in aceto maxime acri, dein continuo id tunditur, aut etiam prius modice frigitur in uase fictili, quod coctum in camino quā optime sit. Quae enim exacte penitusque cocta non sunt, haec lutosa potius quā siglina sunt, & qualitatū suarum nonnihil medicamentis remittunt. Sunt uero & rutae folia modice siccata. Vt enim si plusculum siccantur, acria amarā redduntur, & supra quā par est calida: sic si prorsus non siccet, excrementitum quendam humorem retinent, nondum ex toto concoctum: cuius uitio flatum discutere minus possunt. Quatuor his aliquando despumatum mel additur, aliquando nihil, sed sola sine melle reponuntur, ac ptisanā cremori, & alijs quibus maxime conuenire uidetur, cibis iniunguntur. Sumit & per se medicamentum hoc & ante & post cibum. Porro ad eum usum optimū est quod mel admistū habet, quod utique curiose sit despumatū. id enim flatum maxime discutit, sit autem oportet & mel optimū, si modo

quod flatum discutiat, quodq; maxime dissēcet, futurum medicamentum est. Appositum sanē remedium sic affectus est, et qd ex tribus piperibus conficit, (*ἡ τριῶν πριπέρων* Graeci uocāt) utiq; cum non admodū medicamentosum sit, ex uarijsq; confectum, sicuti à plerisq; medicorum cōponitur, misturā cuiusdam ritu quam *λαγύκων* uocant, aut apri à mirificis istis coquis cōditi: adeo ut non minimum ijs qui sumperint, negociū sit immista illi medicamēta concoquere, amī, sifeli, libysticū, & alia id genus. Cruda enim minimeq; mutata ab ijs qui ea lumpserint, longo tempore durare in uentre intelliguntur. Hae igitur subtrahenda medicamenta sunt: praeter quae, haec, heleniū, & nardi spica: ceu uero nōnulli cōponunt, etiam casia. Expe- dit autem praeparatū habere ad manū dupliciter, sicut ipse soleo. Alterū simplex: quod utiq; ijs dandum est qui parum concoxerunt, & qui recens higus in uentre habent, & pituitosum succū. Alterū quod medicamentosum magis est: quo maxime utimur in ijs fluxionibus quae à capite descendunt ad pectus. Verum hoc quo pacto sit praeparandū, alibi dicitur. Simplex illud, quo ad cruditaris abundantiam quae in primis est uenis utimur, huiusmodi est: Ad cuiusq; trium piperum drachmas quin, quaginta, abunde adduntur anisi & thymi & gingiberis singulorū drachma octo. & simplicissimū quidem hoc est. Etiam hoc ipso magis simplex, à quo detractū gingiber est. Alterum uero est quod ex iisdem conficitur: uerum ad cuiusq; trium piperum drachmas quinquaginta, reliquorum cuiusq; sexdecim drachmarū iniicitur pondus: nempe anisi, thymi, & gingiberis. quo etiā ad proposita utimur cōmodissime. Debet autem, si haberi potest, anisum Cretense esse: Thymum aut Atticum, aut planē ex editis locis, & siccis: cuius quicquid liginosum est circūcisō, coma ipsa unā cum floribus iniicitur. Esto uero & piper quod longū quidem est integrū, minimeq; foratū: Aequē uero & ginger, nam ambo perforari facile solent. Quinetiam non solum nō perforatū, sed & uerum illud quod ex barbaris alterū, piper esto, hic nanq; quod adulteratur, duplex est. Alterū quod in Alexandria maxime conficitur. Alterum quod herbae cuiusdam germen est. Qua uero maxime ratione internaosci quod adulterinū est possit, ipse docebo: tantisper praefatus, nequis aut miretur, aut causam requirat, quamobrem uel componendi uel probandi medicamenti hic tradere rationem subiit, qui in medendi libris non temere id facere soleam. Siquidem in illis cum medicis ipsis dūtaxat ago: hic uero etiam cum alijs uniuersis quos aliqui cōmuni nomine *Χλιατρον*, id est medicorū studiosos uocant, qui scilicet in primis disciplinis uersantur: quo intelligentiam suam exercent. Porro his necesse non est nec in libris de simplicibus medicamentis, nec in opere de medicamentorū compositione esse exercitatis, multoq; minus explorandi cuiusq; medicamenti peritiam habere. His itaque perscribi in plenum talia omnia satius est, sicuti paulo ante delon-

go pipere tradere ocepī. Principio em̄ experien- A  
dum gustu est, diligenterq; aestimandum an pipe-  
ris qualitates seruet; postea in aquā mittendū. Nā  
quod factitū est, si per diem totum in humore ma-  
ceretur, illico liquatur, ac soluit. Si ergo tum pipe-  
ris ei qualitas planē inest, nec maceratum resolu-  
tur, sitq; (ut dictum est) minime foraminibus per-  
tūsum; piper id lōgum idoneū iudicabis. Nigrum  
uerō, nec exile, nec rugosum, nec crassi corticis e-  
sto, sed ex eo quod ponderosum uocāt, id quod tū  
maximū, tum plenissimū est. Itemq; de albo simili  
modo eligat quod maximum est atq; plenissimū.  
Deinde om̄ibus simul tulsis, & per tenue cribrum  
transmissis, mel optimū curiosē desumatū ad-  
miscetor. Sanē id odorū flauumq; præterea acer-  
rimū dulcissimūq; fuerit, tum crassitudine, nec  
planē crassa, nec liquida, sed quæ ita cōtinuitatem  
suam tueatur, ut si digitum in id demiseris, post in  
sublime attollas, quod mellis ab eo defluit, longis-  
sima quasi linea sibi continuatū uideas. Coquitur  
hoc recte aut super carbones, aut ligna om̄ino ari-  
da, quæ etiam *ἀρνα* Græci uocant. Hoc igitur  
medicamentum dare conueniet, non semel bisue  
quotidie, sed etiam sæpe, si quidem mane & ante ci-  
bum, & post, etiam cubitum euntibus recte datur  
cochlearij pleni mēsurā; atq; huius quidem ut par-  
uis parui, & maximis maximi, ita medijs ad por-  
tionem. Præterea etiam gingiber, quod ex barba-  
ris affertur, aceto maceratū. Est id uirentis herbæ  
radix, a collectu statim in acetum confecta. Extin-  
guitur enim eiusmodi medicamentorū calor cir-  
ca ipsas primas uenas, nec in totum perfertur cor-  
pus, ueluti aliorum quorundā; cuiusmodi id medi-  
camentū est quod diacalaminthes, propterea q̄ ea  
laminthen recipit, uocāt; de quo mox uberius age-  
mus. Idcirco etiam oxymeli his utilissimum est; ut  
prius diximus. Id ita præparari debet. Cum mel  
li optimo super carbones spumam abstuleris, con-  
ficies in ipsum aceti tātum, unde gustanti nec aci-  
dum nimis, nec dulce uidebit. Ac denuo sup̄ pru-  
nas coques, quoad planē unite amborū qualitates  
sint, nec appareat gustatū acetum adhuc crudum.  
hinc ab igni depones. Cumq; uti uoles, aquam ei  
misceris, ita nimirum temperans, ut uinum. Ergo  
qui bibet, si nec de acore eius querit, nec dulce-  
dine, assidue eo utatur. sin alterutro offenditur, ad-  
iecto quod desideratur, rursus id coques. Neq; e-  
nim eos probō, qui sub una quapiam mensura id  
conficiunt: qui mihi similiter ijs affecti uidentur,  
qui bibentes omnes similiter aquam uino miscere  
consent: non aduertentes, quibusdā utiq; qui dilu-  
tiori infueuerunt, caput statim si uel pusillo mera-  
cius hauserint, tentari; quibusdā qui meraciore de-  
lectantur, stomachum, si dilutius biberint, subuer-  
ti. Cum igitur in uino tam familiari potione ista in-  
cidant, multo sanē magis in oxymelite, utpote q̄  
uinum tum minus familiarit, tum magis forti, ipsa  
segi par est. Satiū ergo sit, ex fumentis gustu, non  
nostro, iudiciū de modo facere; id esse fumentis na-  
turæ conuenientissimū oxymeli ratos, quod utiq;

Galen.

Tom. 2

n. 2 melius

est iucundissimū, proindeq; etiam utile, contra ad-  
uersissimū esse, quod iniucundū. Ipsam tamen pri-  
mam ipsorū mīstionem, quō plurimis conueniat,  
talem esse oportet. Vni aceti parti, mellis à quo de-  
tracta spuma sit, duplum est miscendū; deinde am-  
bo in leni igni coquēda, donec eorum qualitates  
in unum coherint. ita enim nec acetū amplius cru-  
dum apparebit. Cū aqua uero statim ita facies o-  
xymeli. Mellī quadruplū optimæ aquæ misceris;  
dein coques modico igni, quoad spumare desinat.  
Ac malum quidē mel multam egerit spumā, quo  
etiam diutius coqui debet: optimū uero ut bre-  
uissimo tempore coquitur, ita minimum spumæ  
uomit; unde nec parī ei cōctione est opus. plurimū  
certe quartam partem eius quod ab initio est indi-  
tum, amittit: post uero dimidio aceti adiecto, rur-  
sus coquendum, donec qualitatū omnino sit uni-  
tas, nec acetum crudum etiam appareat. Confici-  
tur sanē oxymeli etiam tribus statim ab initio mī-  
stis, ad hunc modum: Aceti uni parti additur mel-  
lis duplum, & aquæ quadruplum; atq; hæc ad ter-  
tiam partem coquūtur, uel etiam quartam, spumā  
interim detracta. Quod si ualentius id facere stu-  
des: tātundem inijcies aceti, quantum mellis. Apo-  
meli optimū aqua conficitur, bibiturq; tota æstate  
refrigerantis uice. Potest uero, cui id libet, & ad  
quam proposuimus affectionem eo cōmode uti,  
potissimum ubi coacuit: id quod ei sæpe cōtingit,  
aliās magis, aliās minus, utpote ex aqua confecto  
nō pluuiā, sicut multā, sed qualibet: quanq; potest  
qui uolet, & ex pluuiā aqua id conficere: ipseq; si  
pluuiam aquam probarem, id suaderem. Verum  
nec ipsam probō, & nihilo est deterius si acefcit,  
potissimū ad ea quæ nunc sunt proposita. Quinim-  
mo mediocriter etiam acet, quod saltem non om-  
nino incuriose est cōfectum. Sanē cura conficien-  
di in eo est, ut nec fauus admodum sit uitiosus, co-  
quaturq; bene in fontana aqua, quæ & pura sit, &  
dulcis. Oportet enim expresso à fauis melle, eate-  
nus in aqua coquere, quoad nulla inde spuma exi-  
stat. Ergo tum hac utendū potione est; tum uero ē  
uinis ijs quæ leuiter acefcunt. Nutriendum præte-  
rea cibus est, qui citra calorem extenuent; cuiusmo-  
di capparī est ex oxymelite uel oleo sumptum ad  
duos uel tres dies, ut dictum est. Quod si crudos  
iam succos satis attenuatos speras, uinū dabis qd̄  
& substantia sit tenue, & colore fuluum, albūmuc.  
hoc enim & ad succi bonitatem, & cōcoctionem  
facit: illud urinam mouet. Sunt uero in Italia prio-  
ris generis Falernum, & Surrentinum; postero-  
ris Sabinum, & Albanum, & Adrianum. In Asia  
uero prioris generis Lesbium, et Arisium; secun-  
di Titacazenum, & Arsyinum. Atque hæc exem-  
pli tantum gratia protulimus. Sunt autem & alia  
multa tum in Italia, tum in Asia, & cæteris natio-  
nibus, quæ his sunt similia: ex quibus facere dele-  
ctum conueniet ad eas quas diximus notas respi-  
cientem, nempe colorem ac substantiā: crassa ue-  
ro & nigra reijcere: ut quæ tum malum succum gi-  
gnant, tum tarde penetrent. Quod si his adhibitis

melius habere se senserit; etiam lauare tum hominem debetis, ungereq; ac molliter fricare; ut uero primum in urina subdientia uisuntur, (ἐν οὐρίᾳ uocant) tum frictiones augere, tum ad consuetas exercitationes paulatim reducere. Hoc tēpore unguentis ijs quoq; utendū quæ per halitū euocent; de quibus & ante mentionem feci, & in sequentibus faciam. Haudquaquā tamē in eiusmodi affectibus uomitu utendū suaserim; sicuti nōnullis est uisum tū medicis, tum gymnastis, falsis (ut opinor) ex ijs quæ à Philotimo & Praxagora de eiusmodi succorum curatione sunt scripta. Non enim cum lassitudinū affectus abundant, sed cum hi soli instant, uomitus eos expellit; quippe cum nullū periculum sit, ne intro uiolentius reuellat aliquid eorum excrementorū quæ in carne consistere; quem admodū certe est, cum ambo redundant; & in primis uenis cruda, & in solidis mordacia. Caueri enim in talibus fatius est utrūq; reuulsum, & foras crudorū, & intro mordaciū. Sicuti igitur in superioribus cauimus, ne crudi succi foras traherētur; ita ne mordaces reuocentur intro, est utiq; cauendum. Summę uero eorū quorum occasione foras ferantur, hæ sunt, exercitatio, & frictio, & balneū, & fomenta calida, et unctio calfaciens, tum ex animi affectibus iracundia, & uno uerbo omnia quæ succos qui alte in animatis corpore sunt merſi, ad motum quoquo uersus irritant. Quorum uero occasione intro ferātur, ea sunt quæ utiq; prohibent foras ferri, talia sunt ex ijs quæ cuti propinquāt, & quæ frigida sunt, & quæ adstringunt; ad hæc, quæ cunctos succos [intro] attrahunt, aut aliās quoquo modo ipsorū intro motum excitant; quorum sunt tristitia, & horror quacunque de causa ortus; (quippe cū & ex calida causa & frigida tum horrorem gigni, tum etiam rigorem qualem suprā descripsimus, est ostensum) præterea quæ auditu ui suæ animo aut stuporē aut horrorem incutunt. Hæc itaq; omnia deuītanda tum sunt, cum idem homo pariter & lassitudinē sentit, & uenas habet crudis succis refertas. Nam neq; qui extra sunt, recte intro reuocantur; neq; qui intus sunt, foras: immo qui foris sunt, leuiter educendi per halitū sunt. Siquidem quæ uehementius id faciunt, etiam eorum quæ intus sunt, aliquid attrahunt. Qui uero intus sunt, ij attenuandi coquendiq; sunt. Quod si uel uomitu eos uel alui deiectione educere uiolentius tentes: utiq; eorum qui foris sunt, aliquid intro rapueris. Neq; accusandus Philotimus est, si tali usus expulsiōne est, ubi citra ullum aliu affectum crudorū abundantiā in primis uenis cōstitit. Quin potius nos ipsos assuefacere par est, ut ueterum scripta diligentius inspiciamus. Ergo quibus intus crudi succi copia est, & foris lassitudinis sensus: ijs hyssopū in mullo coquens, non statim, nec primo die, sed in sequentibus dabis; uomitu uero abstinentis, ueritus (ut diximus) ne qd excrementi externi intro rursum reuocetur. Præagoras uero ac Philotimus ratiōabiliter post eiusmodi mulsum, uomitum probant, propterea qd crudos citra

lassitudinem succos cūrant. Cæterū quoniam de his abunde dictum est; tempus monet reliquū agrediamur affectū, in quo cū ulceroso sensu etiam crudorum copia in corporis habitum est recepta. Accidunt hæc in ijs maxime negociorū circumstantijs, in quibus aut calor, aut immodicus labor crudos succos à uenis in carnem rapit; idq; ijs qui nullam ad præsens recentē cruditatem contraxerūt. Quippe hæc si adsit, uniuersum ita corpus crudis occupabit. Cuiusmodi affectus curatio etiam post à nobis dicetur. Verum quoniam compositum omne posterius simplici est; præstat (arbitror) reliquum simplicem affectū prius expedire, ac deinde ad compositos uenire; quanquam ne hunc quidem omnino simplicem est arbitrandum, sed ut inter lassitudines sua sponte ortas simplicem. Proposito namq; nobis affectu qui lassitudinem excitat, adiungimus illi reliquos. Sed quia in mistione aliās simplex unaq; affectio additur, aliās cōposita; ita simplicē appellauimus hanc de qua nūc agimus. Esto igitur crudi succi copia in solidis animalis partibus, nō in uenis; cui accedat ulcerosē lassitudinis in his ipsis affectus. Quippe talis erat is de quo inter initia sermonis loqui institueramus. Sicuti igitur in quorū uenis, & præcipue in primis, crudorum copia erat, ijs esse à calidis cauendum censuimus, ueritū ne eiusmodi succi in habitum corporis pertraherentur; ita nunc id timere non oportet. Ergo danda his sunt quæ uel ad cutim usque calorem suum transmittant; fricandumq; largiter oleo quod relaxandi uim habet; ac potissimum mane cum surgūt à somno. Nam ea frictio simul concoquit crudum succum, simul corpoream molem animantis nutrit. Quiescendum uero post hæc diu est, siquidē probe sint cessura. Sanè multo euidentius efficiant cuius gratia sunt, si homo exiguum cibum pridie sumplerit, nec aliud à cœna bibat qd uinum quod fuluum sit ac tenue. Nec uero illico exercitādū assidue et uehementer est, nec ubi imprudētes crudo adhuc succo nutrirī corpus cogam⁹. Vtilius itaque fuerit mane largius fricare, & post id diu quiescere, ac modice inambulare, tū denuo multa uti frictione, & balneo modice calido, præterea alimentis quæ & boni sint succi, & minime glutinosa. Eorum materia suprā iam dicta est, ubi ptisanā ad talia laudauī, & pilces saxatiles, & aues monticolas. Apti cibi sunt & qui attenuāt, de quibus scripsimus uno libro. Nec est qd uerearis, ne calorem uehementer accendas: quinimmo medicamen quod diacalaminthen uocāt, audacter dabis. Est uero compositio eius huiusmodi. Accipe calaminthes, & pulegij, & petroselinī, & seseleos, cuiusq; uncias duas: seminis apij, cacuminū thymi, utriusq; uncias quatuor: ad hæc lybistici uncias xvi. piperis uero octo & quadraginta. Ac piper quidē grauis esto ponderis: quod βαρύστανον uocant. Seselei uero Massiliensis, petroselinum Macedonicum, huiusq; præcipue Astreoticū: Calaminthe & pulegium potissimū ex Creta. Sin minus, certe ex regionibus editis & siccis. Simili ratione & thy.



& thymum. Atq; herbarum quidem quicquid lig  
 nofum durumq; est, id abijciendum: accipienda ue  
 ro ad medicamentū folia, atq; ex his maxime quæ  
 subtilissima uirentissimæq; sunt, atque in summis  
 herbis nata: ad hæc flores, & quæ cum ijs sunt unā  
 minutissimas tenuissimasq; festucas. hæc omnia si  
 mul tundenda cribradæq; sunt tenui cribro. Quip  
 pe eiusmodi medicamēta in totum corporis habi  
 tum maxime digerūt: ueluti ediuerso crassiora  
 in uentre hærent, ut quæ angusta uenarum oscula  
 subire nequeant. Quamobrem etiam medicamen  
 tum quod diospoliticon uocāt, cuius in hoc libro  
 mentionem feci, crassius facere soleo quoties deij  
 cere alium per id studeo. Quidam uero id non in  
 telligens, cum tenuissimū minutissimūq; instar  
 pollinis fecisset, ut alio deijciendæ nihil contulit,  
 sed urinam plane multā mouit: mecum rem com  
 mūnicauit, mirans ac sciscitans euentus eius ue  
 ram causam. Ipse enim arbitrari se aiebat hominis  
 intemperantiam, (nam ita appellabat) eius quod  
 inciderat, causam esse, ut uero propriā causam di  
 dicit esse compositionis rationem, postmodū ali  
 ter cōposuit, meliore successu. Ac huius quidem  
 præcepti in omnium medicamentorum composi  
 tione meminisse expedit: propositum uero in præ  
 senti medicamentum, omnia prorsus subtilia po  
 stulat, quò facile in omnem corporis partem dige  
 rantur feranturq;. Miscendum uero his ita præpa  
 ratis est mel optimum curiose despumatum. Por  
 rò usus eius erit post matutinā frictionem, anteq  
 exercitationem & balneum. Licet & sine admisto  
 melle siccum medicamentum reponere, eòq; salis  
 uice ad obsonia præparati uti. Licet & in ptisanā  
 uelut acutum iniicere, uel in eiusmodi aliquid pro  
 pipere. Non modò autem siccum ipsum medica  
 mentum, salis ritu in uario est usu, sed etiam cum  
 melli est admistum. Si quid id quod potest cum  
 aliquo cibo mistum sumi, ita ut inuicem utenti  
 sit. Post cibum tamen nunquam nec hoc medica  
 mentum, nec aliud ullū quod ad distributionem  
 uehementiorem facit, sumendū est. Non enim di  
 stribui tum, sed concoqui quæ sumpta sunt, est uti  
 lius. Melius itaque sit ijs qui externo aliquo præsi  
 dio ad concoctionem egent, hoc tempore exhibe  
 ri dia trion pipereon simplex: cuius cōpositionem  
 ante exposui. Quinetiam ipsum piper potioni in  
 spersum, per commodum est ad ea de quibus agi  
 mus: quòd si qua fortasse maior necessitas incide  
 rit, etiam quod ex succo mali cydonij conficitur:  
 cuius omnem compositionem uiresq; diligēter in  
 sequentibus explicabimus. Verum ad ea quæ nūc  
 agimus, omniū quæ mihi cognita sunt optimū  
 medicamentum est diacalaminthes. Nam & cras  
 sa lentæq; attenuat, & per hālītū educit, & urinas  
 mouet, & mulieribus menses. Est autem usu quo  
 que iucundissimum; præsertim cum liberalius mel  
 accepit: quo tempore coqui largius postulat. Qui  
 uero auerfantur dulcia, & mel fugiunt (nam eius  
 modi quoq; naturas inuenias) ijs parū in compo  
 sitione miscebis. Sanè melius his quoque fuerit si

Galen.

largius coquatur. Nam & minus est eo pacto dul  
 ce, et minus stomachum eorum qui à melle abhor  
 rent, subuertit. Atq; omnia quidem huiusmodi uel  
 ante nostram admonitionem sibi ipsi quis excogi  
 tabit, unum scilicet ubiq; destinās, nempe ut quo  
 ad fieri licet, iucundissimum fiat medicamentum,  
 sed tamen uirium eius utilitate seruata. Nō enim  
 hanc, dum dulcedini studetur, solui tubeo. Vbi igit  
 tur circiter duos uel tres primos dies ita præpara  
 tus homo est, non incommodum fuerit etiam con  
 fueris eum exercitatiōibus adiuuere; animadu  
 sis prius tum coloris bonitate, tum alijs notis quæ  
 in præcedentibus sunt comprehensæ. Nam si om  
 nia commode se habere uidentur, plenè exercitati  
 dus est. Sin minus, etiam ante mediocritatem desi  
 ster: ac in prius diēis tum uictu, tum medicamen  
 tis eo die habendus: postridie rursus exercitationi  
 dandus, super iisdē tum notis, tum scopis, ut cum  
 omnia ex sententia, commodaq; appareāt, ad ean  
 dem uictus rationem reuoces, cui ante insueuit q̄  
 lassitudinis symptomate urgebatur. Quoniam ue  
 ro & acopo, quod ex abiete fit, uti expedit ijs qui  
 in carne & rota corporis mole succos congeste  
 runt, qui aut cōcoqui desiderant, aut per hālītū  
 digeri: non ab re fuerit eius quoq; compositionem  
 apponere. Est igitur abietis pulcherrimum semen  
 circa Arcturi emersum, quo tempore Romæ Se  
 ptēber mēsis est, apud nos uero Pergami Hyper  
 beretæus, Athenis mysteria. Id semen conijcere  
 oportet in oleū quolibet anni tempore. Nullum  
 enim in eare discrimen est. Melius tamen fuerit, si  
 id contundas prius quā iniicias: quādo ita citius  
 oleum sua qualitate uicq; inficiet. Erit id spatiū die  
 rum minime quadraginta. Nos uero sæpe & tres,  
 & quatuor, etiam multo plures menses macerari  
 permisimus: sic dein de semen abiecinus: humidū  
 uero linteo percolauimus. Esto uero eius generis  
 oleum, cui relaxandi uis insit: cuiusmodi in Italia  
 Sabinum est. Cōijcies autem in quinque & uigin  
 ti heminas eius seminis modium Italicū. Esto au  
 tem & hemina ipsa Italica: quam utique & libram  
 nominant. Vbi uero maceratum in eo semen fue  
 rit, multo planè minus redditur. Ei igitur quod re  
 liquum est, idoneus ceræ modus erit, si quatuor li  
 bras immiseris, resinæ uero abietinæ libræ unius  
 partem tertiam. Id æquat drachmas trigintaduas.  
 Iniicias uero & pinæ resinæ tantundem. Quod si  
 harum copia nō sit, earum loco terebinthina uten  
 dum. Coques uero commodius hæc in uasē dupli  
 ci, aut certe igni lento, qualis prunarum est: quæ  
 tamen nec ipsæ multæ esse debent. Medicamen  
 hoc aptissimū est ad omnem lassitudinē, seu spon  
 te ortam, seu alia quauis ratione contractam. Vti  
 le sanè medicamentum est & quod ex populi flo  
 ribus fit. Id tale est. Ex floribus populi adhuc con  
 niuentibus modius Italicus in quindecim aut uig  
 inti libras Sabinæ olei immittit. Si id præsto non  
 est, simile aliquod præparandum oleum est. Di  
 ctum uero in præcedentibus est, simile esse quod  
 eumque tenuē est, uel ullam adstringendū uim ha

Tom. 2

n 3

bce

bet. Magis uero ad rem pertinebit, & si modice con-  
tritum ipsum florem in oleum coniicias. Quod si  
quotidie medicamentum dimouebis, idque potissi-  
mum cum sol feruebit, ac in domo calida repones:  
celerius ita magisque tum qualitas populi, tum uis  
in oleum migrabit. Itaque post binos ternosue men-  
ses potes flore expresso atque abiectione habere oleum  
quod sine ulla morfione per halitum digerat, idque  
nihilominus quam abietinum. Quinetiam ceræ &  
resinæ tantundem inficere licet, quantum paulo an-  
te in id quod ex abiete confici diximus. Siquando  
uero humidum id quod exprimitur, crassius uide-  
bitur, sat fuerit uel quintam partem ceræ adijci, ne-  
dum quartā. Ego uero etiam sextam me addidisse  
scio, ubi & oleum crassum erat effectum, & qui usus  
erit, liquidior medicamento delectabatur. B  
Nonnulli diu macerari tum flores, tum semina non  
ferentes, partim ea percoquere in oleo coguntur,  
partim aquam inficere: utique qui cautiore sunt:  
quod uidelicet nec torreantur que sunt infecta, nec  
oleum uisionem odore referat. Qui uero his ma-  
gis sunt curiosi, in duplicibus si uasis coquunt, hoc  
fit cum in lebetes in quo sit aqua feruens, inseritur  
exiguum uasculum in quod fundi oleum debet.  
Id quod sanè nos facimus, non tamē ad semina flo-  
resue coquendos: (quippe hac coctione minime e-  
gemus, propterea quod ea diu maceramus) sed tū  
cum in conficiendo medicamento ceram & resi-  
nas liquare in lebeteparamus. Qui uero celerius  
ea preparare cogitur, hunc necesse est & ut prædi-  
ctum est, præcoquere, & ne torreantur, aquam ui-  
nūm uel inficere. Atque ad ea quidē de quibus nunc  
agitur, utilior aqua est: uinū uero ad podagricos  
affectus, & uno uerbo, articulares. Porro sufficit  
tantulum aquæ admisceri, quantum coquendo to-  
tum uanescet. Is modus erit, si quadruplū eius aut  
quintuplum oleum sit. Ergo & hæc medicamenta  
succos quicunque non crassi, nec senti in carne cu-  
teque residunt, euaporet: & ad hæc quod ex chame-  
melo fit oleum, tum ipsum solum, tum uero cera  
resinæque adiectis. Quorum modus hic quoque satis  
erit idoneus, si ceræ pars quarta, resinæ duodeci-  
ma sit immixta. Sicuti uero nullius horum quæ me-  
morauimus, oleorum copia sit, huic anethinum  
preparasse est facillimum. Poteest uero & id medi-  
camentum per halitum digerere, siue solo eo, siue  
cum cera resinæque utare. Danda uero opera est, ut  
in uase duplici & anethinum coquatur. utriusque fue-  
rit si anethum uiride sit. Quod utique si quo tempo-  
re requiris, competet, maturū id esto. Iam sampsy-  
chinum oleum, hyeme & regione frigida, ac tem-  
pestate simili idoneum medicamentum est. Habeto  
uero ceram ac resinam id quoque, si præsertim ma-  
nere id super uncto corpore diutius studes. Simili  
ratione rosmaris herba oleo incoquenda. Quod si  
nec ea sit ad manū: betæ albæ radix, & cucurbitæ  
agrestis, & althææ, & uitæ albæ, efficaciter euapo-  
rant ubi suam ipsæ qualitatem uiresque in oleo ali-  
quo similis facultatis dimiserunt. Quodcumque ue-  
ro sic præparatum oleum est, in id si uel ceram so-

lam, uel cum ea resinam inficere uoles: non solum  
pulcherrimum, sed etiam quod in loco bene hære-  
bit, unguentū facies. Abunde autem omnino erit,  
si ceræ quartam partem, resinæ duodecimam in-  
ieceris. Si uero etiā duas resinas inficias, nepe abie-  
tinam, ac pineam, quam *σποδισιν* græcè uocāt,  
aut tertiam super has terebinthinam, aut etiam, hæc  
si desint, humidam pini resinam: sic quoque medica-  
mentum feceris, quod euaporandi uim habet, iam  
hæc si desint, aut ea quæ in ficulibus habetur resi-  
na miscenda, aut quam *φεύκτω* Græci dicunt, id  
est fraxam. Nec ignoro tamen has supradictas im-  
becilliores, cæterum non omnino cōtemnendas.  
Cum uero reliquus lassitudinis affectus sit, in quo  
supra ulcerosum sensum copia crudorum in toto  
corpore congesta est: de hoc quoque dicendum est.  
Nec est inuentu difficile quemadmodū emende-  
tur, si quis ea quæ dicta sunt, sequatur. Si enim ubi  
in primis uenis crudi succi copia est, dissecandum  
nobis eum esse, cōcoquendumque diximus, cauē-  
tibus semper ne in habitū corporis traducat: ubi  
uero in extremis uenis & corporis habitu resedit,  
& concoquendum pariter, & per halitū resoluē-  
dum; nimirum quibus ambo inciderunt, in ijs am-  
bæ rationes sunt miscendæ: atque id, si quidem pari  
noxa urgere uidebuntur, equali utriusque respectu.  
Sin alterum prægrauat, utique totius curationis stu-  
dio in id propensio: nec tamen altero quod minus  
est, neglecto. Miscebis autem utriusque curationē,  
ad hunc modum: Non enim ab re fuerit exemplo  
aliquid de hoc egisse. Suauissimum ijs quibus in pri-  
mis maxime uenis crudi succi congesta copia est,  
simplici dia trion pipereon medicamento uti. Er-  
go si non modò in his, sed etiam in omnibus uenis  
sit, superque in ipsa carne: in principio curationis  
ipso dia trion pipereon utendū, sed cui admixtum  
petroselinū tantum sit, quantum anisi, & thymi, &  
gingiberis habebat: post primum uero diem, ma-  
gisque etiam post secundum miscendum eidem est  
aliquid diacalamīthes. mox uero partes æquæ mi-  
scendæ: procedente deinde tempore, ipsius diacala-  
minthes plus addendum: ad extremum uero etiam  
solum exhibebitur. Ad eundem modum & in reli-  
qua omni uictus ratione, quoties pares affectus  
sunt, miscendæ eorū medendi rationes sunt, sed ita  
tamen, ut inter initia potiores medendi partes ijs  
præstentur quæ in primis continentur uenis: si-  
ne uero, ijs quæ in carne: medio inter hæc tempo-  
re ambæ rationes æqualiter miscébuntur. Hæc  
igitur & prædicta à me sunt, et patere iam arbitror  
qua ratione corrigi oportet, quod peccatū in suc-  
cis est, prius quam hominem morbus occupet. Ex ijs  
enim quæ in ulceroso affectu retulimus, cum adium-  
ctus uitioso succo est: ratiocinari licet & de alio  
quouis, cum solus constitit. Ac de primo quidē  
lassitudinum genere, in quo punctionis quidē sen-  
sus omnes animalis partes infestat, ac cæteris ui-  
tiosi succi redundantibus, quæ corpori uel solæ, uel  
cum lassitudine accedunt, ferre diximus uniuersa.  
De ea uero lassitudine quæ à nobis rēsonis est  
appellata

appellata, deinceps agamus. Atq; hanc quidem cum citra exercitationem constiterit, abundantiam indicare aliquā, quæ solidas animalis distendat, tum alijs quibusdam probatis uisum est medicis, tū non in postremis Erasistrato. Vbi uero sanguinis redūdantia grauat, dictum (puto) supra est optimum esse uel uenam incidere, uel malleolum scarificare. Resumendus uero idem & nunc sermo est uel Erasistrati causa, qui nec in alio quouis, neq; uero in hoc affectu sanguinis detractio ne est usus. Ac quod in saluberrima quidem natura, de qua sermo habetur, licet alia quoq; ratione eiusmodi redundantia emittere, dictum supra est. In uitiosis namq; in quibus uidelicet uel in cerebro, uel in spiritus instrumentis excrementū subsistit, quantum discrimen aditur si sanguinis detractio omīssa, alia uacuādī ratione utare; dicitur alicubi in sequētib; libris, ubi de uitiosis corporum statibus agemus. Sed & dictum iam est in libro quem de sanguinis missione scripsimus contra Erasistratum, quo minus hoc loco longior de his habendus sermo est, sed ad reliquum & tertium lassitudinis genus, cum sponte oritur, transeundum: quod in superioribus phlegmones similitudinem repræsentare diximus, & propter doloris magnitudinem, & quod cum euidenti calore etiā musculos in maiore molem attollat. Hæc lassitudo ne paucis eodem horis, nedum duobus tribus diebus, eodem tenore cōsistit, prout Erasistrato placet: sed statim febrē accendit uehementissimam, nisi sanguinis detractio malo prius sit occursum. Quinetiā calidissimus est in huiusmodi lassitudine sanguis: eiusq; plurimū detrahi possulant qui ea premuntur fere omnes. Non pauci uero eorum febricitant etiam si sanguinem detraheris. Itaq; nec cunctari, nec parum detrahere cōuenit, sed & mature educere, & nisi quid aliud uetat, ad animi defectum usq;. Optimū uero fuerit, bis eodem die, si fieri potest, detrahere. Ac primū quidem ita mittere expedit, ut animi defectū homo non adeat. Secūdo uero ne defectus quidem ipse est formidandus, quippe qui priore detractio ne resolutus est, secundum iustitiam haud poterit. In hac uero siquid tale homini incidit, facile reuocabitur. Qui uero sic affectū sanguinē nō miserint: hi si euaserint, utiq; fortunæ beneficio id acceptū ferēt. Sed nec euadent, nisi alia quapiā ratione leuentur, aut sanguinis ē naribus profluulo, aut largo sudore effuso. Porro æstimare diligenter oportet qui sanguinē sunt missuri, in thoracēne, dorso, & lumbis tensio pulsansq; dolor figatur, an in capite potius & collo. His em̄ affectus humeralē uenam diuides: maxime si repletum caput & calidū sentiunt: illis uero internā. Si uero omnino æqualiter lassitudo corpus occupat, ambarū mediā. Ac si ab incisa quidē uena febrē cōperit, altērius est artis his p̄spicere. Sin autem tū nō febricitet, primo die post incisā uenā aut p̄isanæ cremorem, aut sorbitionem ex alica solum dabis. Secūdo uero etiā lauare licet cū copioso oleo, nutrire

uero tæctū laueris, planē moderatissime dōdebis, lactuca, si placet, aliquid offerēs, uel (si sit) cucurbitæ & p̄isanæ. Est & alica non inutilis, siue hanc aceto ut p̄isanam condias, siue etiam sine aceto. Si cucurbitæ copia nō sit, malua betaq; & lapathū & atriplice est utendum. Quod si carnē quoq; gustare uelit, saxatiles pisces uel onīscos in albo iure bene elixos dabis. Voco itus album, citum sine garo, magisq; etiam sine superuacua conditura, cuiusmodi *καρυκίαν* Græci uocant, preparatur, anetho saleq; cū oleo & porri exiguo in aquā coniectis. Vinū autē utiliter etiā ipso secūdo die parceret, tertio uero, siquidem aque potionē facile toleret, tunc quoq; uino abstinebit: si non ferat potissimū quidē apomeli dabis. quippe leuiter refrigerat ea quoq; potio: quo utiq; indigent quæ phlegmones sensum habent lassitudines. Hoc si nō sit, albū & tenue uinum offeres: aliāq; pro ratiōe exhibebis, quæ ut boni sint succi, ita minime calfaciāt. Cauē dum uero præter cætera est ne propere & multū, nō sensim & paulatim reuutias. Quippe qui post huiusmodi exinanitionē ad pristinā dietam protinus redeunt, ijs corporis habitus crudis succis impletur: quos nimirū anteq; concocti commode in uentre uenisq; sunt, corporis moles ad se rapit. Et hæc quidem lassitudo cōmodissime ad hunc modum curatur. Quam autem ob rem in ijs qui hæc premuntur, iteratī sanguinis detractio nem iubeā, nec hos multū ac simul reficere: satis profecto fuerit uel Empiricorū causam reddere: nempe q̄ & magis iuuatur quibus sic est emissus, & bona ualitudine diutius fruuntur qui sicut cōprehensum est sunt tractati. Cæterum & quæ ex natura rei ducitur rationem apposuisse non sit alienum. Quoniam igitur in hac quæ ueluti phlegmone fatigat lassitudine, uis calidi sanguinis congesta in corporis mole est, uenæ autē sectio succos ē ualis emitte; utile est post priorē detractio nē tantisper intermittere, dum aliquid eorū qui in corpore sunt humores, remigret ad uenas. Quod tamē quoniam committendum non est ut in his maneat, utpote ex dimidio corruptum, sed potius plurimum eius expellatur: idcirco detractio nem sanguinis etiam secundo die iteramus: aliquādo uero & in tertio, ubi uidelicet & reuellere, & ex alijs in alia transferre uisum est conducere. Dictum uero de omni eiusmodi ratione exactius est in ijs quæ de sanguinis detractio ne scripsimus, quæ nunc ideo recensendi locus non est, q̄ & ad medēdi artem magis pertinet, & in hoc ipso fortassis opere plenius de sanguinis missione sumus acturi. Reliquum ergo est ubi doctuerimus nō esse a sanguinis missione festinanter reficiendū, hic librum hunc finiamus. Præsumetur autē & ad huius sermonis fidē, quiddam quod in opere de naturalibus potētis est demonstratū. Ibi em̄ ostendimus, omnibus ijs quæ propria natura regūtur, uim quandā esse insitam qua similes quibus alant succos possint attrahere. Demonstratū præterea est, ubi propriū & cōmodo nutrimento destituuntur, urgeri uel non com-

modum rapere. Tale porro est quod nondum in uentre uenisq; concoctum est. Ergo necessum est cum homo largius se cibis impleuerit, eo casu crudi succi plurimum in corpus animalis rapi, idq; multis de causis, & quod deterius in uentre uenisq; coquitur quod copiosius est, & quod multum in corporis molem ideo subit, quia multum superest, & quod citius etiam q; par est, propterea quod uenter uenis, uenae reliquis omnibus animalis partibus rapi quod nondum confectum est, permittit. Quod adeo non facerent, si id exiguum esset quod ipsae haberent. Demonstratum est enim partes ipsas ex alimento primum sua portione frui, mox ceteris transmittere. Ergo ultima praecipuaq; noxae causa est ijs qui sic sunt affecti, quod quae in corporea animalis mole habetur partes, ubi multum semicoctumq; attraxerunt nutrimentum, non paruam excrementorum uim ex ea re congerunt: cum neq; perinde ac si bonum esset, concoquere id omne ualent, neq; etiam ut cum corpore coalescat & assimiletur, efficere: immo parum prospere singulas functiones obire post uitiosum multumq; nutrimentum par est. Similiter enim his euenire necesse est ut uentri cum abundantia male praeparati cibi est refertus. Male praeparata uoco, quae elixari torrefrui debentia, iustum in his finem non sunt consecuta. Ergo siue panis non satis est coctus, siue caro legumenuae intra modum elixum, fieri nequit ut haec uenter probe concoquat. Eadem uero ratione se habent & quae in uentre male sunt consecuta, ad secundam concoctionem quae agitur in uentre: qua male praeparati cibi, ad concoctionem quae est in uentre. Quinetiam quae in uenis male sunt concocta, sic se habent ad concoctionem quae agitur in carne, quemadmodum se habebant cibi ad eam quae est in uentre: & quae ex hoc subeuntia, ad eam quae est in uenis. Ergo nec uenter externa quae sumpsit, exacte concoquit, nec uenae haec quae a uentre excipiunt. Sed nec carnes quae ex uenis, ubi probe ante non sunt consecuta. Atq; interim excrementi copiam in corpore prouenire est necesse. Ac rem quidem omnem, ut breuissime licuit, iam diximus. Quod si quis dictorum cuiusq; certam ex demonstratione scientiam cepisse uelit, is librum de naturalibus uirtutibus legat: in quo primum illud siquid demonstratum est, uentrem sua ipsius causa nutrimentum suscipere, ut eo tum fruatur, tum quod sibi deficit, suppleat: eoq; amplecti id undiq; ac retinere totum, quoad se satiauerit. Secundo illud, eundem ubi alii praeterea non desiderat, imam sui partem (αυλωδὴν Graeci uocant, id est portam) recludere, ac quod ciborum superfluit, exprimere, pessumq; ceu alienum onus trudere. Deinde de quod ipso transitu per intestina, ac potissimum tenuia, uenae quae huc pertinent, alimentum ad se rapiunt, quod ex mora quam in uentre habuit, & alteratur, & animalis magis idoneum est effectum: mox in ipsis uenis quoq; ab alia in aliam tradit, ad eundem modum quo ex uentre in uenas. hinc uero iam plane confectum in singulas pertrahitur a-

animalis partes: ubi tertiam concoctionem natum, ipsi alendo corpori assimilatur. Haec si quis ex eo libro colligat, nihil est quod causam amplius requirat cur multi habitu corporis exinanito, nisi sensim renutriantur, plurimum excrementorum in toto eo congerant, atq; ex his non leuiter agrotent.

## GALENI DE SANITATE TVENDAE LIBER QUINTVS THOMAS LINACRO ANGLORVM INTERPRETE.

Vintum de sanitate tuenda librum ingrediens, si qui forte erunt qui prolixitate operis nostri grauabuntur, hos primum solari uolo. Non enim nostra id culpa ettenit: sed proposita rei natura. Si enim fieri potest ut qui breuib; longam contemplationem absoluit, nihil necessarium omitat: fateor errorem meum, ceu nulla necessitate ambages secutus sum. Sin clarius similit breuiusq; describi de iisdem non potest, nemo nos merito accuset, sed ipsos potius qui eorum quae necessaria sunt, non pauca praetereunt. Est uero illud simul ex maxime necessarijs, simul ueluti elementum totius artis quae ualitudine tuetur, quod numerosae hominum sunt naturae, prout in confesso est omnibus tum medicis, tum gymnastis. Quorum tamen plurimam ita de ualitudine tuenda scribunt, quasi de uno homine agant: idq; ne uno quidem ostenso quem prius iuuerint: quanquam non unum, sed multos, quos morbis prius assidujs implicatos, ipsi postea multis annis in sanitate sua opera seruassent, indicasse, ac sic ad scribendum accessisse par erat. At nos ipsis rerum effectis id ostendimus: & ijs qui prius assidujs premebantur morbis, inde adeo quod sanitatis praecipitis paruissent, in omni integritate seruatis, sic demum de ipsis scribere sumus aggressi. Quippe alios exercitari in totum uetuimus, istis uidelicet exercendi corporis causa susceptis, ac solis uitae actionibus contentos esse uasimus. Alijs de multitudine exercitationum demere aliquid iussimus. Ut totum breuissimis complectar, alijs qualitate tantum, aut ordine, aut tempus, alijs uniuersam earum mutare speciem intuximus. Aequae uero de balneis praecipientes, utiq; quod aut omnino his superferendum esset, aut saepius quam ante utendum, aut rarius, aut ante cibum tantum, aut etiam post cibum, aut calidioribus quam ante, aut magis tepidis, aut frigidioribus: prorsus omnis morbi expertes multis annis reddidimus. At nihil horum facere licuisset si neque naturales corporum differentias compertas habuissim, neque debitam cuiusq; salubrem uitae rationem. Nonnulli uero ex ijs qui de sanitate tuenda literis produnt, aut etiam sine scriptis de ea praecipunt: ne seipso quidem defendere a morbis perpetuo potuerunt. Ita cum a cauillantibus tum alia quaedam, tum uero uersus ille obijciatur, αλλ' οὐκ ἔστιν αὐτὸς ἰατρὸς ἀλλ' αὐτοὶ βρῦνται (id est, Alijs medens, at ipse ulceribus

ulceribus scatēs) alij id negocijs imputant, alij ob intemperantiā se ægrotare fatentur. sed horū magis improba me iudice defensio est, q̄ ipsū qd' obijcitur crimē. Qui uero ijs quæ in uita incidūt, causam tribuunt, siquidem diaria febris laborant, ex æstu, frigorigibus, lassitudine, alijsq; id genus occasionibus: hos uindicare à culpa decet, sin alia qualibet, minime. Quippe nec ipsi omnino sine febris exegimus, immo ex lassitudine nonnunquam febricitamus: nullum aliās morbū multis iam annis experti. Quinetiam percussus certis corporis partibus, unde alij phlegmonis bubonisq; contra cūis febricitarunt, ipse nunq; phlegmonen bubonē uel sensi, nec febris laboraui: non aliunde certe q̄ ex seruandæ sanitatis arte tanta commoda consecutus: cum alioqui nec salubrem corporis statū ab ortu ipso sim nactus, nec uitam planē liberam fortitus, sed in qua tum artis officijs seruierim: tū amicis, cognatis, & ciuibus, in pluribus inferuerim: tum plurimam noctium partem, nōnunquā ægotatū ipsorum causa, semper autem dulcedinis studiorum gratia peruiolauerim: nec tamē ullo sensu me corporis morbo tentatū multis annis, excepta (ut dixi) diaria quandoq; febris: (quæ tamen & rarissime, nec nisi ex lassitudine incidit) quamuis in puerili ætate, atq; etiam tum in ephebia, tum adolescentia, morbis nec paucis, neq; his leuibus premerer. Sed post octauum & uigelimū annum, cum persuasissimè mihi esse consuadæ sanitatis rationem quandam: preceptis eius per totā deinceps uitā parui, ita ut nec minimo morbo post laborarim, nisi forte (quæ tamē rarius incidit) diaria febris: cum alioqui liceat hanc quoq; in totum effugere siquis liberam uitam sit nactus: ueluti in superioribus iam ostendi; fietq; siquis animū aduertat, etiam clari⁹ in ijs quæ mox dicām. Illud enim affirmare ausim, ne bubone quidem laboraturos eos qui præparati ad sanitatem adunguem sint, si modo eorum corpus ab uitroque excrementorum genere uacet, & eo quod in quantitate consistit, & eo quod in qualitate. Atq; ad eos quidem qui nunc sanitatis tuendæ præcepta dicto scriptoue profitentur, uel hæc satis arbitror. Prioribus uero, quosq; nec seipsos extra morbum perpetuo, nec eos qui ipsi paruissent, seruasse aut aliorum relatu audiui⁹, aut ipsos in scriptis suis tale quippiam iactare ausos: ne contradicendum quidem cenſeo. Mirādum certe potius arbitror siquis eorū uniuersam sanitatis tuendæ artem uno libro completi est pollicitus, præsertim non (sicut Hippocrates) in primis & summis capitibus methodū indicās, sed sicut nos, omnia rationibus firmans. Ac prolixitatis quidē sermonū nostrorū causa iam dicta est. Quisquis autem honesti probiq; studiosus est, ac pro ijs quæ optima sunt, diligens: hunc decet non tã artis huius lōgitudine grauari, q̄ magnitudinē eorū quæ promittit, suspicere. Nam qui, quæso, non magna illa mirandaq; artis opera sunt, sicuti hō ab ipso ortu imbecillū corpus fuit, hūc & ad plurimā perdū

A xisse senectutē, & sensibus illaesis, ab omni pri⁹ sus morbo doloreq; alienū atq; integrū perpetuo seruasse? Ego uero etiam nonnullos quibus salubre admodum firmumq; natura corpus erat, uidisse mihi uideor permultis morbis afflicto⁹, ac postremo immedicabilibus malis in senectute salte oppressos: quos tamen fas erat, quod ex naturali habitu fuit, tum sensibus omnibus illaesos, tū reliquis corporis partibus sanos ad ultimā usq; durasse senectutē. Quonā igitur pacto turpe non sit, qui optima natura sit præditus, hunc ob podagrā ab alijs gestari, aut calculo iam cruciari, & colo, & ulcere in uelica ex cibis mali succi cōtracto, doloribus contabescere? Quomodo rursus non turpe sit propter articulare morbum suis ipsius manibus uti non ualentē, alienis egere quibus ori⁹ hos admoueat? Cui⁹ sedes infirma est, eo quā deiectione [subministrat?] Sati⁹ enim sit, sicuti ullum omnino peccus est, sexcētes malle mori, q̄ tali uita uiuere. Quod siquis tam impudēs simul delicatusq; est, ut turpitudinē suā negligat: at dolores quos noctes diesq; ex uitij⁹ suis sustinet, nō aliter q̄ qui à carnificibus torquentur, certe contemnendi non sunt: tamen certe hæc omnia uel intemperantiæ uel ignorantia uel utriq; imputent oportet. Verum intemperantiæ corrigēda hic locus non est. Ignoranti⁹ eorum quæ agenda sunt, hoc opere (ut spero) medebimur, scilicet pro quauis corporum natura, propria sanitatis tuendæ ratione apposita. Initium uero mihi rursus ab optima natura iustum erat: ad cuius curationem omne consilium dirigitur, non eō ut corrigatur, sed ut in statu suo seruet. Id quod ipsi hactenus fecimus: qui de ea per singulas ætates præter inclinantem (*παρακλινω* Græci uocāt) egimus. Cui⁹ extrema pars senium proprie dicitur, ipsum quoq; in suas partes diductum, ut post dicemus ubi ea pars artis tradetur quæ de senibus curandis agit: (*γηρονομία* Græci uocant. Verū nunc saltē præcipuis eorum quæ dicta sunt, repetitis: ad uitioſas corporum naturas trāſibimus, ac quemadmodum cui⁹q; earum seruari ualetudo possit trademus. Ergo optimū corpus ad sui custodiā hæc in qualitate, quātitate, & facultate postulat. In exercitationibus, quæ moderatæ mediocresq; sunt, quæq; singulis corporis partib; equaliter sint adhibita, idq; omī uitato excessu: aut si ubi in quā dictorum sit erratum, errore correcto. In edē dorum uero bibendorūq; natura, similiter in qualitate, quantitate, & facultate, hic quoque scopus esto ipsa mediocritas, ut nec plura nec pauciora capiat q̄ quæ ubi cōcocta distributaq; in corpus sint, idemq; bene nutrierint, ac si opus sit gliscen-  
tibus adhuc, mediocre quippiam adiecerint: nihil relinquent quod uel superuacū sit, uel deficient. Ad eundem modum in somno, uigilijs, balneis, animi actionibus, & alijs id genus, mediū omnis excessus seruari debet. Quod si in aliquo sit erratū, corrigēdus error est. Porro omnis corrigēdi erroris cōmunis esto scopus, contrarij excessus usurpatio

usurpatio: ita ut si plusculum pridie fatigati corpus est, demas aliquid de exercitationum modo. Sin minus iusto se exercitavit, ut exercitij modum augeas. Eodē pacto si cōcitatore motu est usum, ut hunc modice remittas. Sin remissiore, ut intendas. Simili modo si robustior motus præcessit, ut pro hoc mitiorem iniūgas: pro leuiore cōtra qui ualentior sit, & pro languido uehemētem, & pro uehementi contrarium: & uno uerbo, ut omnem excessum contrario excessu corrigens, in sanitate hominem custodias. Vt autem corrigendo nō erres, primum corporis affectus ad unguem scire oportet, deinde omnium eorum quæ priore die facta uideris, meminisse. Nam affectus quidem quid delictum sit docebunt. Recordatio eorum quæ pridie sunt acta, quātum tibi à consuetis recedendum sit, insinuat. Atq; in affectibus quidem eiusmodi excessus uideas, quod aut gracilius, aut obesus, aut durius, aut mollius, aut siccus, aut humidus, aut rarius, aut densius corpus q̄ ante appareret, cum eo etiā quod nec naturalem coloris gratiam ad unguē seruat. Memoria uero factorum, & quod peccatum est, ostendet: & prout corrigetur, ex presentij collatione docebit. Nam si gracilius redditū corpus sit, æstimare oportebit, atq; ad memoriam reuocare, plus ne q̄ par erat, exercitando fatigatus homo sit, aut cōcitatore motu usus, aut fricādo lauandūque modum excessit. Ab his mox considerare, nimiane cogitatione sit usus, aut nimium uigilauerit, aut per alium lōge plura iusto deiecerit. Expendi etiam debet num domus in qua uersatus sit, calidior fuerit, aut parcius comederit uel biberit, aut ueneri liberius indulserit. Sin obesus uisum corpus sit, num frictio [mollior,] aut exercitium parcius aut tardius, aut somnus longior, aut uenter adstrictus, aut ciborum copia optime concoctorū præcesserit. Si uero durius quam ante corpus appareat: primum frictionum meminisse oportet, mox robustarum exercitationum, an hæc robustæ, & cum cōcertatore duro densanteq; præierint: ad hæc, an in puluere, eoq; duro ac frigido, & an citra apothecam. Deinde balnei, an uidelicet hoc planè frigidum fuerit, an nimium calens. Præterea domus in qua dormiens uigilans ue uersatus est, nū frigida. Itemq; ciborū siccitatis, & potionis penuriæ. Sin mollius q̄ prius, postridie corpus uideat: primum quidem frictionū meminisse cōueniet, an molles, & cū pinguitudine, & balneis leniter tepidis sint adhibitæ. Ab his reuocari ad memoriā debet an exercitationes tardæ & exiguæ cū cōcertatore immodice molli præcesserint. Deinde an potio uberius fuerit. Mox an cibos plures, aut natura humidiores acceperit. Postremo an multum dormierit. Proximus molli corporis affectui est humidus: hoc differēs, q̄ mollis ipsorū corporū propria qualitas est, humidus qui in eo cōtinētur humorū. Discernuntur hi tactu. Nam humidus affectus cū madore cutis est, mollis sine hoc: quanq̄ est profectio & molle corpus humidū suis ipsius

partibus. Caterū pro doctrinæ claritate hoc molle uoce, alterū humidum. Ac siccus quidē immodice corporis affectus habitū statim durū reddit: non tamē cū mollitie necessario cōiunctus est humidus affectus, potest nanq; durata caro esse, & tamen maior sudorue ē corpore emitti. Atq; in humectio quidem corporis habitu, uel ex intemperij uo ueneris usu, uel alia quapiā ex causā, de uirū imbecillitate suspicio est, uel corporis raritate ex immodice molli frictioe, uel nimio balnei usu, uel aere domus ubi uersatus est, q̄ par erat calidior. Habenda præterea est & de potione cōsideratio, an ea uberius fuit. Et de somno, an is maior quam pro naturæ ratione. Et de aere ambiente, num se non sensim, sed simul totū in humidum calidūq; mutauit. Et de cibis parī modo. In ténertudine uero siue mollitudine (utroq; enim modo cōsuetudo appellat) cum utiq; sine humiditate fuerit, cōcoctum probe nutrimentum esse, & corpus nutritum, sed exercitatum diminutius esse, putandū est. Contra in duritie aut duriter perfrictum esse, aut nimium exercitatum, idq; cum duro concertatore, & in puluere, iudicandum. Siccitas uero habitus penuriā potionis cibiue, aut uigilias, aut uitæ sollicitudinem, aut multam frictionē, aut exercitationem immodicam indicat. Hæc itaq; consideras corrigere errorē quotidie poteris prius q̄ inausus error curatu difficilior euadat. Semper autē memineris excessum omnē contrario excessu esse emendandum. quippe omniū quæ præter naturā incidunt, omne huc consilium curationis dirigitur. Quare si huic præcepto, etiam corporū quibus præficeris dignoscendorū peritiam adieceris, & singulorum remediorū facultates adiunxeris: uniuersæ iā artis quæ corpori hominis tuendo dicata est, peritus fueris: cuius opemō sanis modo suam ualentinē tueberis, sed etiam ijs qui ægrotant, pristinum statum restitues. Atq; optimū quidem corpus cuiusmodi sit, dictū iam est. Qd̄ ab huius perfectione defecit, scire licet tribus id de causis defecisse, aut q̄ statim in utero uitioso statu fuit, aut quod qualibet de causā in non naturalem affectum post concessit, aut ætatis ratione. Omnia uero corrigenda per contrariū excessum sunt. Senium enim, ut de hoc primum agam, frigidum siccumq; est, ueluti in libro de temperamentis est ostēsum. Corrigitur id per ea quæ calfaciūt & humectant. Talia sunt balneum dulcis & calidæ aquæ, & uini potio, præterea ex cibis quicūq; humectare & calfacere natura possunt. De exercitatione uero, frictione, & omī motu (ab his enim cœpisse est satius, nā recte illud dictum arbitror, Labor cibum præcedat) hæc scire licet poetam ex parte uerum dixisse: Vt lauit, sumpsitq; cibum, det membra sopori. Nanq; hæc iusta senī. Non tamen in totum hoc esse positum. Postulat enim senum non secus quam iuuenum corpus di moueri: cum insitus alioqui calor extingui in his periclitetur. Nam corporū quæ in florente ætate sunt

sunt, non desunt quæ quietē postulant: de quibus Hippocrates prodidit. Senum uero nemo quietem ex toto postulat, sed nec exercitiū uehementem. Cui enim uentulo quodam excitari accendiq; calor eorum desiderat: uehementiore autē motu deijcitur. Ac magne flammæ, eius quod ita accēdat, minime egent: cū satis ipsæ sibi & ad tutelam sint, & ut materiæ dominantur. Ergo nec à somno manefricari desiderant omnes qui agrotant, sicuti senes: cum eiusmodi frictionis quæ cum pinguedine adhibetur, duplex scopus sit: nempe ut uel lassitudinis affectum fanet prius quàm inauctus febrem accendat: uel imbecillam distributionis uim excitet. Nam multos quorum corpori longo tempore nihil ex alimento accessit, (*ἀποφθίνας* Græci uocant) eiusmodi frictione adhibita facile paucis diebus carne impleuimus. Verum quod alijs ex affectu certo in tempore incidit, id senibus ad est perpetuo: quippe quorum omne corpus frigidum est, nec potens ad se alimentum trahere, atq; id probe conficere, ex eoq; nutriri. Sed frictio cū & uitale robur excitet, & modice calfaciat, efficit ut & distributio nutrimenti sit facilior, & nutritio promptior. Hac uictus ratione & iuuenes non pauci qui ex eo quod alimentum his distributum in corpus non est, emaciati sunt, carnis incrementum receperunt: & senes planè omnes frictū non paruum senserunt. Atq; hæc quidem una senibus ueluti exercitatio sit mane administrata, nēpe frictio cum oleo. post hanc inambulatio gestatioq; quæ tamen sint intra lassitudinem, & ex senis uiribus coniectatæ. quarum causa de cibis potioneq; non pauca prius diximus, nunc de exercitationibus quoq; exempli causa quædā ponemus: de quibus hæc in superioribus didicimus: Quod acuta exercitatio (sic enim uocant cuius celeres motus sunt) corpus tenuat, cōtraria crassum reddit. Dicitur est & de cateris omnibus exercitationū atque etiam frictionum differentijs. Verum exercitationis formæ quæ senibus utiles alienæ uelint, tū ex corporis totius affectu, & consuetudine, tū uictijs ipsis quæ infestant, intelligentur. Ex totius corporis affectu, adhuc modum. Nam optimi status corporis, de quo hæcenus sermonē fecimus, sicut in iuuentute ad uehementissimos quosq; labores idoneum maxime est, ita in senectate se habet ad omnes mediocres. Quod uero aut crassis cruribus est, aut lato pectore, aut cruribus ultra q; par est gracilibus, aut qd' exiguo est thorace, aut admodum angusto, aut ualgu est uarūm uel, aut alio quouis pacto à mediocritate recedens: id ad ple-rasq; exercitationū ineptū est. Quippe uitiosæ figuræ thorax, in ijs quæ per uocē administrant, offendit. Crura uero per inambulationem laedunt. Ad eundē modū de manibus, collo, humero, lumbis, coxis, & tota spina, mihi dictū intellige. Quicq; enim ex his parū rite ab initio conditū est, id sanè exercitatio imbecillū potius q; firmū redditur: nisi si cui moderatos motus imbecillis mēbris modicas

A exercitationes nominare placet. Verū ita de nomine magis q; de re lis fuerit. Senibus uero quæ præcipua ad sanitatē exercitia sunt, hæc per ualentiores corporis partes sunt obeunda: quippe. cū quibus reliquæ simul mouentur exercanturq;. Quinetiam consuetudo maximā uendicat partē ad exercitationis speciē deligendā. Nam quæ consueta sunt, ut minime lassantia quos exercent, etiam delectant: sicuti eduerso quæ insueta sunt, tū displicent, tum uero lassant. Porro quibus operibus arte opus est, ea ne attingere quidē senes debebunt: non tibia, non tuba sonare, nō cithara: non magis q; quæ in palestra gerunt, qui luctæ sunt ignari. Senes igitur omnes cōsuetis laboribus sunt exercendi, sed tamen uehementia eorum remissa. Tertium quo dirigit qui exercitationis formā præscribit, ab affectione sumitur, omnis quidē ætatis cōmune, non tamen parē ubiq; uim obtinens, cum nec parem ubiq; noxā neglectum inferat. Quos enim ex leui causa tertigines, (*σποδυαται* Græci uocant) comitiales morbi, grauis ophthalmia, uel aurium dolores male habent, ijs inclinatio capite dorsū, aut humi uolutatis exercitari non expedit: immo tū ambulatione sape, tum cursu mediocri, tum gestatione in uehiculis, citra fatigationē uti. Simili modo nec quibus tonsillæ (quas *παριδμία* Græci uocant) aut uictia quas antiades appellant, aut angina facile incidunt. Nec quibus prompte in columnellā, gingiuas, dentes, deniq; partem aliquam ex ijs quæ circa collum aut totū caput habentur, fluxiones procumbunt. Quippe nonnulli dimidio capite infestantur, Græci *ἡμιπρωα* uocant. Alijs tendones, quos Græci *τένονες* uocant, ex leui qualibet causa dolent, Quorū nemo exercitationē sustinet quæ caput impleat: sed sunt his omnibus, quæ per crura geruntur, uti lia: sicut eduerso qui imbecillis sunt cruribus, his superioribus partibus exercitari est satius, chironomijs, acrochirismis, disci iactu, alterum usq; præterea his omnibus quæ in palestra humi exercent. At quorū mediæ crurū brachiorumq; partes oportune offensionibus sunt, ijs quoduis exercitationum genus idoneum fuerit: modo ne reliquarum considerationū ulla prohibeat. Quæ tamen circa thoracem partes sunt, magis inferiorū exercitatione iuuantur. quæ circa uescicam & renes, superiorum. lienis, uetriculus, iecur, intestina, & colon, sicuti in medio superiorū inferiorumq; sunt, ita se ad exercitationes habent. Frictiones tamen partibus infirmis quo tempore laborāt, admouere non conuenit. ubi sanè sunt, cōuenit uel magis q; alijs, & potissimum siccas: quas & per lintē, & solis manib. liberaliter adhiberi expedit. Quinetiam qui certa periodo redeunt quibusdam partibus dolores: hi ne fiant, non parua ex eiusmodi frictione cautio est: si medio tempore, præcipueq; si duas uel tres horas ante accessionē adhibita sit, firmanur enim ea partes, & consueta fluxiones minus admittunt. Atq; hæc quidem non senum modo, sed & qui aliam quamlibet ætatem agunt, omnia



omnia sunt communia. Non exercitari uero imbecillis partibus, folis senibus suadeo: ex cæteris quanto quisque remotior à senio fuerit, ratio illi magis exercitanda pars infirma est. Quod utique & quod clariora quæ dicimus sint, exemplo prosequi non graubor. Finge corpus aliquod ex ijs quæ adhuc augefcunt, gracilibus esse cruribus, huic pica ri crura conducer, & modice fricari, & cursu uti potius quàm alia quavis exercitatione. porro præfici ei quæpiam oportet qui modum in motu præscribat; quo nequa intra quam expedit exercetur, neque adeo ultra ut lassitudinem sentiat. Id tamen non in exercitationibus modo, uerietiam in alijs omnibus difficile intellectu sit: nos certe facile esse ostendimus in ijs saltem quæ ad salubrẽ tractus rationem pertinent. Neque enim in his præcepto casio est, sicuti in morbis: immo ubi à tutissima in singulis mensura inceptis, & simul quod ex ea secutum est, æstimaueris, licet uel addas aliquid quotidie, uel detrahas, ac quod omisissum est, corrigas: ueluti statim de ijs quibus gracilia sunt crura. Ipse namque cum aliquando traditum mihi tredecim annorum puerum, toto augmenti tempore ad ea quæ prædixi præcepta curassem, reddidi iuuenem concinnũ, legitimũque modũ. Nam primo die illitum prius bis, deinceps, ut soleo, pice: iussu curare, nec celeriter, nec multum. Secundo die frictione quæ in qualitate quidẽ esset duræ mollisquẽ media, in quantitate uero exigua, atque hac cũ pinguitudine adhibita præmolliuit iussu paulo plus currere quàm prius, non tamen celerius. Ab ipso uero cursu ea quæ apothetapiæ debet frictione ueni usus. Iussi uero quotidie ambulare, sed inter initia modice, post uero modum augere. Aestimabam quoque in cruribus tũ alia, tũ præcipue uenas non amplius increuissent quàm pro crurum bene alendõ ratione. Quippe id graue est: & quod tempore tum fluxiones humorum adsciscit, tum ualgos facit, haudquaquam bonum habitum crurũ. Ergo non huic modo notæ te esse attentum cõuenit: sed & illud obseruare, nũ calidiora iussu reddita crura sint: num lassitudinis quippiam sentiat. Nam si nihil horum apparuerit: augeri tum ambulationis modũ, tum corpus oportebit: atque etiã alternis diebus picari. Sin aliquid eorũ cernitur: tũ & crura non pro consuetudine deorsum ac pro na, sed contrario situ, id est sursum habita in lecto collocare conueniet: & copiam omniũ quæ dixi, minuire, minus inambulare, minus currere iubere, frictione inferne sursum uti. Hæc faciens, ubi naturalem planẽ habitum crura receperunt: rursum ad eum quem cõcepisti remediõrum usum rediõis, aut exiguis eorũ incrementis usus, aut etiã durẽ perpetuo modũ feruas. adhibebis & quas rotundæ frictiones uocant (hæc media sunt duratũ ac molliũ) alias à superioribus, alias ab inferioribus partibus incipiens. Aliquando uero & puluere prius inspersis cruribus, oleũ infundes, mox rubebis. Esto uero puluis qui appellat pinguis. Danẽ ita appellat in quo nec asperũ quippiã nec

acre subest. quippe extenuat, potius quæ carnē auget quicquid aut pumicosam alperitatē, aut nitro sam salfam uel acrimoniam in se habet. Sic uero crassiora quidem crura sunt, brachia uero cubiti quæ gracilia; huic omnia quæ per manus sunt exercitia, sunt petenda; fugienda uero quæ cruribus obeuntur. frictiones tamen & picationes simili modo fiant, aliaque quæ de exercitijs crurum iam diximus. Nec enim parua in ipsis differentia est alijs omnino ad mortu inualidis, etiā si septuagesimum ætatis annum nondum attigerint; alijs multo hi robustioribus, qui etiam supra octogesimū sunt nati. Ergo qui imbecilliores sunt, hos gestatione potius quæ in ambulatione dimouebis; ualidiores utroque genere exercitabis; ægesque ad secundam frictionem utrosque; non tamen similiter, sed semper imbecilliores citius. Nam id quoque ex maxime cōmunibus præceptis est: Vbi imbecillæ uires sunt, crebra exiguaque frictione utendum. ubi ualidæ, rara multa. Sed hæc atque alia ut dixisse quidem est facillimum; ita præesse senis sanitati tuenda, sanè est difficillimum: æque ut eorum qui ex morbo conualescunt. Porro hanc artis partem appellant iuniores medici Græce analepticon, quia si defectum dicas. Illam quæ senū sanitati præspicit, gerocomicon. Videnturque hi ambo affectus non esse exacta planè sanitas, sed uel morbi & sanitatis affectus quidam medijs: uel omnino eius sanitatis non esse quæ firma constansque sit, quam *ῥῆσις* appellant, sed eius potius quæ fallax incertaque sit, quæ isti *ῥεσπῆσις* nominant. Ergo si uel morbum, siue morbum quendam affectum, siue medium quiddam sanitatis morbi, siue *ῥεσπῆσις* sanitatem, senū appelles: huiusmodi quæ frictionibus, cū non leuissimi homines petitis, pro nihilo habitis, scire licet senilis corporis statū, quoniam ex leui momento in morbum decidit, simili ratione istis qui ex morbo conualescunt, in uitium esse curandum. Quare dictū quiddē facile est seni expedire mane oleo ungi, ac fricari: cæterū apte hæc opere peregrisse, omnino difficillimū est. Nā durior paulo frictio lassitudinem affert: præmolis uero inefficax est frictio etiam quæ exigua omnino est. At multa magis per halitum digerit, quæ ad nutritionem conducit. Iam locus ipse ubi corpus feris nuda tur, si frigidior est, non solum nihil affert commodi, sed etiam densat & refrigerat. Sin iusto calidior est: hyeme quidem ubi rarius corpus efficitur, frigori obnoxii reddidit. Aestate uero & per halitum exhaurit, & uires deicit. Qui enim *ῥῆσις* sani sunt, istis ne uehemens quidem causa corporis alterat: seni uero uel minima causa maximæ mutationis occasio est. Similiter igitur se habet in cibi tum qualitate, tum modo: quippe in quibus fenes si breue quippiam transgressi limites sint, non leuiter læduntur: cum iuuenes uel ex maximis erroribus minimum noxæ sentiant. Ergo tutius est imbecillo seni exiguum dare ter diebus: Antiochus medicus solitus est se cibare, iam quidem annos natus plus quæ octoginta, ac quotidie ad foras progrediens.

progre<sup>di</sup>ciens

progreſſiens in eum locum ubi cōcilium ciuium conuenerat; interim etiam longa uia ad ægros inuiſendos pergens. Caterum domo in forum quaſi trium ſtadiorum ſpatium pedibus cōfecit. Quo etiam modo inſirmos ſiquos prope habebat, inuiſit longius uerò ſiquo erat eundum, partim geſtaſus in ſella, partim uehiculo uehebatur. Erat autem ei domi domuncula quædam quæ hyeme caſtebat camino: æſtate citra ignem bene attemperatum aerem habebat. In hac mane omnino fricabatur tam æſtate quàm hyeme, utiq; deieſta prius alio. In foro autem loco aliquo circiter horam diei tertiam, uel ad ſummū quartam, ſumpſit panem cum attico melle, plerūq; coctio, rarius crudo. Poſtea partim cum alijs commẽtans, partim ipſe ſolus aliquid legens, ad ſextam uſq; horam perfeuerabat. Ab hac tum in publico balneo fricabatur: tum uero exercitabatur, aptis ſcilicet ſeni exercitatiōibus; de quarum forma paulo poſt agemus. Mox lotus, prædebat mediocriter: primū ijs ſumptis quæ alium deſiciunt: poſt hæc maxime piſcibus uel quos ſaxatiles uocant, uel qui in alto mari degūt. Rurſus in cœna a piſcium eſu abſtinuit, ſed boni ſucci aliquid, ac quod nō facile putreſceret, ſumpſit: utiq; aut ſar cum mulſo, aut auem ex iure ſimplici. Atq; hac quidem uictus ratione Antiochus in ſenio uſus, ſenibus illaſis, membrisq; omnibus integris ad extremū durauit. Telephus autem grāmaticus proſectiore quam Antiochus ætate fuit, ut qui centum ſerē annos uiſerit. Is uero hyeme his menſe lauabatur, æſtate quater, medius harum temporibus ter. Quibus uero diebus nō lauabatur, ijs circa tertiam horam unctus eſt cum exigua frictione. mox mel optimū crudum alicæ in aqua coctæ permiſtum eſitabat; eoq; ſolo contentus pro ientaculo fuit. prandebat ſeptima hora, aut paulo citius, primum oleribus ſumptis, deinde piſcibus guſtatis, aut auibus. ueſpere autē tantum panem ex uino miſto edebat. Sanē uinū ſicuti pueris eſt alieniſſimum, ita ſenibus eſt aptiſſimum. Eſto autem id ex ijs quæ calidioris naturæ ſunt, qualia ſunt in Græcia quidem Ariuſiū, & Leſbiū, & quod Myſium uocant, non ex ea Myſia quæ ad Iſtrum eſt, ſed ex ea quæ Hellespōtia dicitur: quæ nimirum in noſtra eſt Aſia, Pergamo uicina. Ex Italicis uero, Phaleriū, & Surrentinum, proxima his ſunt in Italia quidem Tiburtinum, & Signinum, ambo uetera: quando nouella nec deductionem nutrimenti in corpus adiuuāt, nec urinas promouent: ſed diu in uentre fluctuantia permanent. Secundo ab his loco ſunt Adrianiū, & Sabinum, & Albanum, & Gabrianum, & Triphyliū: præterea omnia Aminæa quæ in Italia naſcuntur, & circa Neapolin, & in Tuſcia. Cæterū Myſium Surrentino ſimiles uires habet: Falerno uero, quod eſt Tmolitis eſt optimū. At Sabinum & Adriano Titacazenū & Ariuſium ſunt ſimilia. Ergo de his modice antiquaſis bibendū ſenibus eſt, utiq; quibus ualētius caput nō eſt. Quibus autē eſt, ijs & Phaleriū, & Surrentinū, & A-

Galen.

riuſium, & Leſbiū, & Myſium, & Tmolites, idonea ſunt. Ergo in omni regione ad prædicta exemplum deligere ſibi quiſq; idoneū poterit: huc uidelicet omni conſilio uini pro ſenibus deligendi dicitur, ut in ſubſtantia ſit tenuiſſimū, colore qd' Hipocrates λεῖπρόν, id eſt ſuluum appellare ſolet. poterat autem & ξανθόν, id eſt flauum, id appellare. Commodum uero uinum eſt & quod λεῖπρόν Græce, id eſt pallidum dicitur: utiq; quod medio colore eſt inter flauum & album. Quippe ſi flauum albo miſcere libeat: quod ex ambobus conſit, pallidum euadet. Et iam aquæ admixtum flauum, eiſmodi colorem reddit: uerū pro maiore minorue aquæ modo aliàs pallidū, aliàs ueluti quod Græce λεῖπρόν καὶ λεῖπρόν, id eſt ex pallido albicans, uel quod λεῖπρόν καὶ λεῖπρόν, id eſt ex pallido flauum appareret. Calidiſſimum ergo ex iam dictis, ſi colorē ſpectes, flauū eſt: minime uero calidum, album. Quæ media inter hæc ſunt, prout alterutri magis accedūt, ita uim eiſ exhibent. Vnum igitur illud maximum ſenibus cōmodum ex uino accedit, q' omnia eorum mēbra caſcit. Alterum, q' per urinas ſerum ſanguinis expurgat. Itaq; etiā optimū id ſenibus eſt, quod hæc maxime præſtat. Porro id eſt quod ſubſtantia quidem tenue eſt, (quippe urinas mouet) colore autem flauū, proprius enim iſ eſt præcalidorum uinorū color. Itaq; etiam quæ ualde ab initio alba ſunt, ſi inueterauerint, flauitiem quandam cōtrahunt: unde primū pallidula, mox uero planè pallida ſunt. Quod ſi longiſſimo tempore ſeruentur, ex pallido flauentia cernuntur. Nam ut omnino flaua ſiant quæ alba uina ſunt, fieri certè nequit. Quæ uero ex pallidis aut flauis uinis, ſubſtantia pinguis ſunt, hæc & ſanguinem augēt, & corpus nutriunt: quo fit ut ea uilia ſenibus interdum ſint, utiq; quo tempore nec ſeroſam humiditatem in uenis habent, & ali liberalius deſiderant. Pluriſimū tamen qui hac ſunt ætate, ijs uinis indigent quæ urinas cient: propterea q' aquoſum excrementum in ipſis abundat. Quæ uero diu in uentre morantur, eorū ſanè nullum aptū ſeni eſt. Eiſ generis ſunt & Aminæum à Bithynia, & ex Italicis Muſium, & Signinum, & Tiburtinū, quoad uidelicet ſunt nouella. Verū hæc omnia alba ſunt, nigra uero reliqua: quorū craſſa, quæ quidem adſtringunt, ea longo tēpore in uentre manēt, & fluctuationes in eo excitāt, ueluti quod in Cilicia naſcitur Sybates, & quod in Aſia natū Aegauiſien uocant, & Perperimū. Quæ uero citra adſtrictionem nigra craſſaq; ſunt, quod genus ſunt Scybelites & Thyreum: ea minus in uentre morātur, urinas tamē nec ipſa mouēt, ſed deorſum properāt. Itaq; etiam ante cibum illa ſumunt. Caterū ea ſenibus utilia non ſunt, nec cum præbuntur, nec multo magis alio quouis tempore ſumpta, ueluti nec aliud quicquā quod craſſum efficiat ſuccum, quippe obſtruuntur his iecur, lienis, & renes. Unde fit ut ſenum qui his liberalius utuntur, ali aqua intercute, ali calculo laborent. Si quis ergo ſenū dulci uino uti à balneo uelit: ubi mane comederit,

Tom. 2

o ſicuti

sicuti Antiochum solere diximus, huic optimum Faustianum Falernum fuerit; aut si eius copia non est, simile aliquod. Porro similia fuerint quæ dulcia simul & pallida sunt, proxima his sunt Theriæ, & Cyrenium. Non uetem etiam nec ijs quæ melle condiantur, senes uti maxime quibus suspicio est calculi in renibus gignendi, aut podagræ alciuius, articulis sue morbi impetus futuri. Porro uinum huiusmodi compositioni aptissimum fuerit Sabinum, aut simile aliquod. Coniicitur autem in id petroselinum. Atque id solum articulis satis faciat. ijs uero qui calculo laborant, etiam aliquid Beronica, & Cestri qui in Gallijs nascitur, est immiscendum. uocant autem herbam eam farxiphagon. Qui uero curiosius id medicamentum componunt, etiam specie nardi aliquid iniiciunt. Sunt uero & alia quædam quibus urinas mouendi uis inest. Verum simplicem potionem plerique ex uino melleque cõficiunt, adiecto rutæ piperisque exiguos. Si uero prius quam lotus est, comedit quippiam, nec uenter eius ullo auxilio eger; uinum album, & quod parum aquæ tolerat, à balneo bibat. At quæ crassa dulcia & nigra uina sunt; ea omnia, propterea quod obstruunt uiscera, sunt fugienda. Verum obstructio quæ ex uino incidit, mediocris est. Quæ uero ex cibis ijs nascitur qui succum crassum lentumque creant; huic non facile succurritur. Quo magis cauendum senibus est à multo farris aut casei, aut ouorum, aut cochlearum, aut bulborum, aut lentis, aut suillæ carnis esu, multoque magis ne anguillarum, aut ostrearum, aut denique eorum quorum dura caro difficilisque concoctum est, usum frequentent. Ob eandem rationem, nec eorum quæ testa integuntur, (ostracoderma Græci uocant) aut charitlaginæ, aut thynnorum, aut denique cetarum generis ullum utile his est. Sed nec ex carnibus ceruina, caprinæ, aut bubula. An hæc potius nec alijs ulli sunt utiles? Ouilla uero iuuenibus quidem non malus est cibus; senibus uero nec ea est commoda. Atque etiam hac multo minus agnina; quippe quæ humida, & mucosa, & glutinosa, & pituitosa est. Hocina uero sanè non incommoda seni est. Præterea aues ex quæ extra paludes ac flumina stagnaque degunt. Salita uero omnia meliora recetibus sunt. Ergo, sicuti diximus, ante omnia cauendum ab ijs qui obstruant cibis est. Quod si res cogat aliquando copiosius his uti, protinus sumendum medicamentum diacalaminthæ est; cuius compositionem supra in quarto posui. Eius si copia non est, dia trion piperem petendum. Sin ne id quidem ad manum est, piper album tustum cribratumque diligenter, ac in pollinem redactum, & cum cibis esse, & potioni inspergere; sed & cæpas elitare tum expediet; quin etiam allium, si huic assueuerit. Antidotus quoque ex uiperis, quam Theriacen uocant, non incommode senibus datur, potissimum ubi post obstruentes cibos ea quæ obstruuntur liberent, ante hanc exhibueris. tum enim effica cissimum ex Theriace præsidium expectes. Quod si ab istiusmodi subducta alius sit, utilissime The

ariacen postredie dederis. Aequè uero & quæ Ambrosiam, & quam Athanasiam uocant, aliaque id genus medicamenta, quæcumque ex prædictis aromatis sunt composita. Seni tamen qui accurate sibi prospexerit, nusquam tali medicamento opus erit; sed si quando extenuante uictu ratione egebit, satisfaciēt quæ alio opere seorsum scripsimus, in quo de extenuante uictu differuimus. Jam illud patere arbitror, panem quoque his exhibendum qui nec sale, nec fermentum, nec subactionem, nec iustam coctionem desideret; non autem aut istam publice laudatam similaginem, aut quæ ex ea fiunt. quippe omnia talia non solum coctu difficilia, sed etiam mali succi sunt, uisceraque obstruunt. Ac nisi placetis quæ ex butyro & similagine fiunt, mel affatum esset admistum, nullus cibus omnibus hominibus nedum senibus magis erat aduersus. Ceterum quid noxijs salubria misceas, cum liceat melle per se uti, partim cocto, partim crudo cum pane? Cura uero maior habenda est de panis bonitate quam mellis. Nam mel profecto melius fuerit quod specie ac uiribus Attico sit simile. Quod si tale non datur, quolibet utare, modo ne mali odoris sit, neue ceræ qualitates aperte præferat, neue præsertim qualitatem quæpiam extraneam. A deo uero panes id genus quale modo retuli, utile quicquid senis corpori non conferunt, ut etiam sint alienissimi; atque hoc amplius, quod sint magis puri. Video autem athletis id genus studio præparari; uerum his ad ea quæ moluntur, aptum est. Seni, nisi multum admistum sit salis, nisi multum fermenti, nisi diligentissime sit coctum, crassum efficit ac glutinosum succum; qui nec ulli alij est utilis copiosius inactus. Ergo & obstruções in iocinore, liene, & renibus facit; maxime quibus in his uisceribus uasorum exitus angustiores natura sunt. Nam sicuti in ijs uenis quæ palam oculis subiiciuntur, non parua amplitudinis diuersitas cernitur, tum alterius hominis ad alterum, tum in unius cuiuslibet partibus; sic in ijs quæ intus latent, se habere putandum. hanc tamen differentiam prius quam experimento sit explorata, internoscere non est. Experimentum intelligo, quam ex eorum quæ sumuntur singulis facere licet; ita ut si quis hæc crassa sumere sit assuetus, nec tamen offenditur, latus habere prædictorum uiscerum uenas sit putandus, sin facile offenditur, angustas. Nouimus enim senem quendam agricolam qui amplius quam ceterum annos ruri uitam egerat, huic plurimum nutrimenti caprinum lac erat: quod alias cum mica panis in eo macerata statim sumpsit; alias mel immiscuit; alias coxit, etiam thymi cacumina una cum pane iniiciens. Hunc quidam imitatus, uidelicet tam longæ uitæ causam ratus in lacte subesse, perpetuo lædebatur, quocumque id modo sumpsisset. Nam primum illi grauabatur os utrisque; mox tendebantur in dextro præcordia. Alius quoque simili modo cum lacte uti coepisset, de reliquis nihil est questus (quippe qui & probe id concoxit, nec acidum aut humidum ructum ex eo sensit, nec flatum aut grauitatem in præcordiis) septimo tamen

quàm sumpserat die lectur se sentire manifeste grauatū dixit: quippe uideri sibi quiddam in dextris præcordijs ceu lapidem iacere, sic ut deorsum traherentur quæ supra essent, & tensio ad iugulum usq; pertingeret. Constat itaq; huic obstructum iecur fuisse, illi flatu intumuisse. Quinetiā noui cui ex diuturno lactis usu calculus in renibus est natus: sicuti alium quendam qui omnes dentes amisit, læsitq; id uero alijs quoq; multis contigit ex diutino lactis usu. Alij rursus citra noxā lacte perpetuo sunt usi, immo etiā cū maximo fructu, ueluti agricola quem supra cētum annos uixisse diximus. Vbi enim nec qualitas lactis, utentis naturæ quicquam est aduersa, & uiscerum transitus faciles propter uenarum amplitudinē sunt; qui ita sunt affecti, ij commodis lactis fruuntur, omnis eius incommodi expertes. Porro cōmoda lactis iam alijs ante me medicis dicta sunt: nepe uentris moderata deiectione, succi bonitas, & nutritio: pascuis quoq; ipsis animalium quorū lacte utēdum est, non parum ad hæc cōferentibus: quanq; sunt qui pascuorum rationē planē pro nihilo habeant, quasi nihil parū uel ad lactis bonitatē conferant. Cæterum haud dubie uidemus animalium quorū usuri lacte sumus, si cammonia, aut marinarum lactuicarum quapiam uescantur, in lacte quoque laxandi uires inesse. Ex quo patet quod ex uirioso pascuo acre, acutum, & austerum reddetur, naturam uidelicet herbarum imitatum. Itaq; etiā qui ante nos medici fuerunt, ipso rei usu docti, quædam pascua, utiq; quæ lacti esset inepta, ἀγλάκτην dixerūt, ita enim Græce appellant: de quibus ipsi quoq; alibi tractauimus. Nunc hætenus saltem de his intellexisse abunde est, animalium quorum ueluti optimi succi lacte sis usus, neq; acris, neq; acuta, neq; admodū austera debere esse nutrimenta. Illud uero uel me tacente constare arbitror, animal ipsum & florante ætate esse, & corporis habitu planē inculpatum debere. Satiūq; fuerit alterum capram, alterum asinam esse, earumq; lacte uti cib. uti, quippe asinæ lac, tenue serosumq; est: capræ, mediocris substantiæ est. Itaq; hoc nutrit magis, ubi uidelicet nutritio est opus: illud omnino tutius est. Nam & si quando solum cum pane sumitur, tum citius subducitur, tū minime est flatulentum, sed nec in uentre cogitur, potissimum si prius salis aliquid & mellis immiseris. Oportet autem non huius modo, sed etiam reliquæ omnis auxiliorum materiæ uires seorsum prædicasse qui ipsis recte sit usus, ne sæpe nobis de ipsis eadem repetere sit necesse. A nunc certe mihi uideor longius quam pro re propolita de lacte uiuinoq; disputasse. Si quidem præstitisset, commo-

nec ullum ex eo symptoma in dextra præcordiorum parte sentiant. Sed quoniam interim propter multorum ad legendos eos libros in quibus prolixius de præsidiorum materia disseritur, fastidiū, longiores esse subinde cogimur: merito (ut arbitror) nunc quoq; condonabitur nobis tractationis modus si exacta breuitate in uniuersali methodo minime utimur. Illud tamen nō ignorandum, fieri non posse ut turō quis comprehensis materijs ex huiusmodi solum doctrina utatur, qualem modo de lacte uiuinoq; tradidimus. Immo qui his optime uti uolet, didicisse hunc prius oportet propriam de omni materia tractationem: in qua tum publicas materiæ uires æstimauius, tum priuatas eius differentias usq; ad ultimas species. Neq; enim de cæteris omnibus quæ scire opus est ei qui senis sanitatem tutabitur, expedit hoc opere fufse tractare, sed satis est de quibusdam, scilicet quæ senibus maxime sunt necessaria, ita determinasse quæadmodum paulo ante de lacte uiuinoq; egimus: de quibusdam etiam breuius quàm ut de his fecimus: sicuti rursus de alijs in totum nihil dixisse: quanq; cui extendere sermonem cordi est, potest omnium quæ in senibus abundare solēt, meminisse, atq; ad hunc modum dicere. Cæterū satius est & de reliquis dicere quæ senum plerisq; incidunt: ut sunt raucedines, quos branchos, & destillationes, quas ῥόγες Græce uocāt, & calculus in renibus, & articulares morbi, & podagre & asthma, aliaq; id genus. Atq; ad raucedines quidem & destillationes, uictus rationem hanc, medicamentum uero hæc comparare oportere: ad calculum uero & reliquorum singula hæc. Atq; ad eum modum de reliquis disserens, nō diligens modo uidetur, sed etiam in senum curandorum scientia doctus. Verum sicuti nec horum quicquam scribi in tractatione de senum curatione conuenit, cū præsertim ex morborum curandorum methodo, quisquis in hac sit exercitatus, ea liceat fumere: ita rursus nec cum sola communia dixeris, ibi desistere, sed ipsis propositis aliqua mox ex particularibus subiungere, quæ maxime ppositæ disputationi sunt accommodata: ceu ipsi fecimus. Nam quoniam in ijs cōmentarijs quos de tēperamentis scripsimus, indicatum est senū indubitato frigidum esse, non tamen indubitato siccum, utpote nonnullis id humidū esse affirmantibus: conuenit sanē ut ijs quæ de senū tēperamento demonstrata sunt, ad hanc artis partē quam de ipsorū ductu nunc instituius, hypotheseos loco acceptis, ipsarum rerum scopū ab illo sumamus, ac nonnulla particularium tractemus, partim exercendi discētis causa, partim ad inuentionem eorum quæ consulto omiſsa sunt, futura ueluti exempla, propterea quod non omnes ita sunt solertes ut ex solo uniuersali præcepto ipsi particularia inueniant, sed qui ad ea ueluti manu ducat, desiderant. Quippe quibus exercitata ratiocinatio est, ubi senis corpus quantum ad ipsas partes attinet, frigidū siccumq; esse audierint, facile autem serolis & pituitosis excrementis ob uirritatē

infirmatē impleri: hæc quidem conabūtur emit-  
tere, solidas autem ipsas calfacere atq; humectare.  
Verum qui excrementorum copia decepti, inde-  
finite pronunciarunt senum temperamentū esse  
humidum: ij protinus in ipso primo agendorum  
consilio falluntur, dum senū corpora siccanda pu-  
tant. Itaq; ex cibis eos potius qui siccant, exhibēt,  
ueluti ex oleribus brassicā potius q̃ maluam, aut  
blitum, aut lapathum, aut attripicem, aut lactucā.  
Ex leguminibus præ ptisana lentem, & præ faba  
militum, & præ zea panicum. Ex fructibus amyg-  
dalas, & terebinthi semē, potius q̃ cucurbitas, &  
cucumeres maturos, & pruna, & mora. Iam ex  
carnibus eas quæ ferarū sunt, potius q̃ cicurum:  
& salitas potius q̃ recētes. In tora deniq; uictus ra-  
tione, quorum uis humida est, hæc fugiunt: quo-  
rum sicca est, hæc amplectuntur: quanquā contra-  
riorius res ipsa postulat: cum prolint his maxime  
humectantes cibi. Verum quoniam horum etiam  
frigidi quidam temperamenti sunt, proindeq; pi-  
tuitā in uentre illico gignūt, ac primis uenis: hinc  
uidelicet noxij sunt uisū ijs qui nec uniuersum se-  
num temperamentum nouerūt, nec caput uictus  
eorum ordinandi uident. Quippe nec oleum, nec  
dulcis aquæ calens balneū, nec uini potio his pro-  
fit, si humectationis nō indigent. Iam quod mode-  
rato motu & somno indigeant, satis magna docu-  
menta sunt quō uictus eorum dirigi consiliū de-  
beat. Quare si quando propter pituitam cogimur  
aliquid ex ijs quæ incendant ac dissecant petere, re-  
uertendum sine mora ad humectantē uictum est.  
Pari modo si quando propter obstructionis suspi-  
cionem ad cibos medicamentauē quæ obstructos  
meatus liberent, conuertimur: quō minus tamen  
humidi temperamētī cibi sint, nec illo ipso die cō-  
mittēdum, multoq; magis postero die eidem pro-  
posito hærendum, ac far cum melle exhibēdum,  
acetiq; aliquid ei miscendū, utiq; cum ptisanā ri-  
tu præparamus, [aut] ex mulso uinō ue salerno su-  
mere iubendum, aut lacte ut prædixi utendū, aut  
ptisana bene cocta quæ piperis pollinem accepit.  
Ita uero & maturi fici præ cæteris fructibus sunt  
eligendū: hyeme uero caricæ. Panis quoq; ita ut di-  
xi præparatus, aut cū melle, aut cū mulso, aut cū  
uino aliquo idoneo. Veluti enim exempla clarita-  
tis causa hæc apponimus: ut qui perlegerit, ad u-  
nuerisale scopū quo calor humectatioq; petuntur  
intentus, iudicare de materia simili modo queat.  
Quoniam autē tū pituitosum tum serosum excre-  
mentum in senū corporibus colligitur: & urinas  
moueri quotidie cōuenit, non tamen per pharmā-  
ca, sed apio, & melle, & uinis quæ id præstare ua-  
leant: & aluum soluere, potissimum oleo ante ci-  
bum absorpto, sed & oleribus ex oleo garoq; ante  
cibū assumptis. Ac quotidie quidem tum per hæc  
abūde aluus quibuldam soluitur, tū ex ficis, utiq;  
cum hi habentur, & prunis, ac alijs id genus quæ  
æstate autumnoq; uigent, hyeme uero & caricis,  
& prunis damascenis, ijsq; aut elixis, aut in mul-  
so cui plufculum insit mellis, maceratis. Eritq; id

Amelius, si mel atticum sit. Longe autē ad desiccen-  
dam aluū damascenis hispana præstant. Quin oli-  
uas ex muria præsumere aliquando licet. Aloen  
uero (quod multos senū quibus siccus uenter est,  
facere uideo) haudquaquam sumi suaferim. hanc  
aliq; in pilulas fingunt cum brassicæ succo, aliq; tan-  
tum puluerem eius alicui inspergunt liquori: qui  
alijs aqua est, alijs mulsum. Diuites eam quæ cum  
cinnamomo conficitur, accipiunt. Medicamentū  
id aliq; hieram dialoes, aliq; amaram uocant. Habēt  
uero id aliq; siccū, quō potioni inspergant: aliq; mel-  
le modice exceptum non cocto. Verum nullo ho-  
rum senibus est opus, nisi maior aliqua necessitas  
urgeat, quippe si iam comprehēsis aluus soluitur,  
etiā nō quotidie, saltē alternis diebus, nullum pla-  
nē medicamentum dari debet. Quod si biūuo  
adstrictus uenter, tertio die non soluitur: sat eo tē-  
pore fuerit mercurialem herbam, & marinā brassi-  
cam (Græci thalassocramben uocant) & cnicū in  
ptisana, aliq; quæ modice medicamentorum uim  
obtinēt, dedisse, similiter & terebinthi resinā. Su-  
mitur autem ea aliquando nucis ponticæ magni-  
tudine, aliquando duarum, triūm ue. Quippe nō  
modō aluum soluere citra noxam potest, sed etiā  
uiscera omnia, iecur, lienem, renes, pulmonemq;  
abstergere. Porro ijs quæ prædiximus, uarie ui  
expediet: neq; uno tantū delecto, id perpetuo ex-  
hibere. Cui nanq; assuefacta spatia sumentis natu-  
ra erit, eius uim contemnet. Ergo uariare uices tū  
prædictis oportet, tū uero eo medicamento quod  
ex caricis conficitur. Suntu autē hæc pingues, au-  
feraturq; ipsis ea quæ foris circuit pellis: pari mo-  
do & cnicō: mox ambo simul tundantur. Esto au-  
tem & carica cum cnicō parī pondere. Licebit ue-  
ro hic quoq; medicamentum experiri, ac prout se  
ad sumentis naturam habet, aliās plus, aliās minus  
cnicū immittere: sūmere uero duarum triūm ue ca-  
ricarum magnitudinis modū. Ex ipsa uero (ut di-  
xi) experientia inueniet sibi ipsi quis talium omnīū  
legitimū modum: cū ueter alijs magis alijs minus  
medicamenti sit obediens. Cæterū nullum corū  
quæ dicta sunt medicamentorum, exhiberi admo-  
dum copiose debet. Si quidem nonnulli in præ-  
sens gaudent si copiosius defederint. uerum quan-  
tō magis sunt uacuatī, tanto his ueter sequētib;  
diebus magis adstringitur. Quo fit ut ipse, si qui  
sunt quibus in diuturnis morbis uenter sistit (qua-  
les potissimū hyeme cōtingunt, quibusq; post lon-  
gam infirmitatē in conualescentia similis affectus  
incidit) ijs aluum duco non acribus per inferiora  
insulis, sed tantum oleo. Quod etiam sanis quoq;  
ubi uenter adstringitur, securus interdum infun-  
das: quippe quo & siccus excrementū madescit,  
& transitus efficitur lubricus, & corpus ipsum se-  
nis emollitur, duris aliās pellibus similiter rigēs.  
Non tamen sunt hæc senis qua senex est, propria:  
quippe cum etiam sint ijs qui à longis morbis cō-  
ualescunt, utilia. Quid igitur proprium est senis  
qua senex est? Nempe quod temperamento eius  
cōducit. Id enim est cuius culpa senescimus, alius  
alio tem

alio tempore citius seriūsus, prout uel natura ab initio sumus cōparati, uel ex uitā exercitio uel ex uictus ratiōe, uel morbo, uel solitudine, uel alio id genus immoderatus siccatus. Est enim id quod omnes homines proprie senectutem appellant, non aliud quā siccum & frigidum corporis temperamentum, annorum multitudinis ratione proueniens. Accidit autem interdum & febrili morbo: atque id etiam ex morbo senium appellamus, sicuti in libro De marasmo diximus: quippe cum eiusmodi affectus, marasmus quidam sit: qui non in animalibus modo, uerumetiam stirpibus uisitur. Tradita uero iam est in primo huius operis uolumine proueniens in nobis senectutis necessitas. Ergo tū ex illo, tum ex ijs quā de tēperamentis, atque etiam ex libello quem de marasmo scripsimus, instructior quispiam ad eam artis partem quā de senū ductu agit, reddi poterit. Si quidem omnis affectionis corporalis prouidentia in duobus consistit: nempe propria eius internoscenda essentia, & materiā praesidiorū uiribus: ut statim in proposito nunc senio, qui sciēter peruenit affectum eū siccitatē quandam cū frigiditate esse, si quidē quā humectent pariter & calfaciant, praesidiorum materias noritis idoneus senū medicus fuerit. Quadruplex uero materiā genus cum sit, quā sumunt, q̄ gerunt, quā educunt, q̄ foris admoventur: utiq; ex singulis eligere oportebit q̄ calfacere humectareq; possint. Sed ad horū cuiusq; commodum usum, exercitatio quā per exempla sit, maxime est utilis. Scio ego aliquādo me pueri thoracem, qui ab reliquarū partium symmetria id est debita conuenientia nō parum aberat, eiusmodi remedij genere ad iustam perduxisse mensuram. Cinxi illi lato modice cinctu omnia quā sub thorace ad coxas usq; sunt, ita temperans, ut tum citra offensionem hgeret, tum nec laxū quicq; relinqueret, nec etiā premeret. Exercitationes uero iniūxi & quā per tota obeunt brachia, & uociferationes quas phonaſci ἀναφωνήσεις appellant. In utriq; uero cohiberi anhelitum iussi. Id sit cum thoracem ipsū undiq; ualenter impuleris, anhelitus autem sic cōpreſſeris, ut quem prius attraxeris spiritum, totum intus retineas. Itaq; etiā amplius inspirauerit oportet, qui hoc cōmoda faciet: quandoquidem quo amplius sit aeris qui compellitur, hoc magis thorax distēsus dilatabit. Quod autem ipse quoq; uociferationes tum magnificiendae, tum in acumen tendendae sint, id minime est obscurum, si modo uniuersas thoracis partes ualenter exercitari in animo est. Atq; hac quidem gliscentium adhuc corporum ea quā natura male condita sunt, ad iustam conuenientiam symmetriamq; restituent. Eadem modice etiā ijs qui perfectam iam magnitudinem consecuti sunt, proderunt, uerum in sene nihil tale molendum, utpote cui ferari infirmas partes utilius esse diximus. Vtilius uero his est cōsuetū opere exercitari, etiā si modice noxium sit. Contra iuuenibus ea mutare quā nocent, tenādum est, etiam si a pueris his

Galen.

A maxime insuerint. Possunt enim eorum uires moderate factam mutationem sustinere: sperariq; potest in reliquo uitę tempore fructum aliquem eos ex meliore consuetudine percepturos. At senex si posset longo tempore sensim malam consuetudinem mutare, propterea quod quo tempore meliore frueretur, habiturus non esset, frustra laborem insumeret: non aliter quā si quis artem discere quampiā octogenarius inciperet. Sicuti uero senum ipsorum inter se nō parua differētia est, siue id ex ætate species, siue ex corporis affectu: ita & eorum qui natura sicciore frigidioresq; sunt, si ad mediocrem statum compares, non paruum interperiei discrimē inuenies, tum ipsorum inter se, tū uero ad senes. Atq; humectare quidem hos profecto calfacereq; conueniet: ceterum audacius hæc facere in ijs qui per ætatem maiori exercitio sunt ferūdo, ceu quorū ualide adhuc uires sunt. Quippe primum quo omne remedium consilium dirigitur, eiusmodi intemperies corporis est, non senium, aut ætas aliqua. Verum quoniam affectu naturam per coniecturam accipimus, idcirco ætatem quoq; cōsideramus. Porro eadem utilitas & consuetudinis noscēda est, præterea extrinsecus incidentium causarum, quas pro catarticas Græce uocant. Quippe ad certiorē affectuū notitiam talia omnia nobis conducunt: remedium tamen insinuatō ex his non præstat. At empiricis talia totius concursus quā συνδρομῶν uocant, pars esse cēsentur: quā syndrome in ipsa curatione est obseruata, haudquaquam ex ijs quā fieri affectus postulat, inuēta. Quo rationabilius Hippocrates de agnoscendo prælagiendq; plurima scripsit, utiq; in particularibus nos exercens, quod etiam optimi medicorum post eum fecerunt: non ignari huic nulli negotio inuētum iri remedia, qui eius quod curat corporis, ægri sanius affectum exacte norit. Si quidē, ut sæpe testati sumus, incipiēdum ab illo medendi præcepto est, contraria esse contrariorum remedia. ubi uero remedium materiā compertā habueris, ac simul uires eius intellexeris: male affecto corpori semper cōtraria: optime se habenti similia uiribus esse adhibenda. Quinetiam intemperies ipsas quācūq; adhuc intra sanitatis fines subsistunt, si corrigere studebis, cōtraria quodammodo uictus ratione curabis: quod tamen per multū sit ocium. Nam si in negotio sint, similibus uteris: potissimum cum ita fuerint corpora assueta. Porro accidit alterū horum plerumque magis, ceu naturis ipsis ea quā sibi sunt accommodata, sua sponte citraq; doctorē eligentibus. Atque hæcenus male affecto corpori contraria exhibebimus, quoad pristinum statum cōsecutum sit. Ceterum ea uictus ratio quā intemperies corrigit, longius plerumq; procedit, propterea quod similibus maiore ex parte morbis tentatur: qui calidior natura est, calidos morbos facile incurrit: qui frigidior, frigidus: & reliquis pro ratione. Facilius itaq; quicquid intemperatum est, ad propriam naturam redit, quā ad optimum tempera-

Tom. 2

o 3

mentum

mentum uenit. Quippe id cū in medio omnis in-  
temperantiæ sit: quilibet conueniente naturæ fug  
morbo laborat, ab eo longius abest: qui dissimili,  
minus. Ergo nec assuetudines ipsæ tametsi prauæ  
sunt, displicentibus adhuc sibi corporibus mutan-  
dæ sunt. Quin nec per summam sanitatē semper  
id tentandum, sed tum cum is cui mutandæ sunt,  
à ciuilibus negocijs maxime uacat. Hæc itaq; cō-  
munia omnium temperamentorum præcepta par-  
ticularim uariantur, prout intemperantiæ quæuis  
ab optimo temperamento recessit. Nec mirum sa-  
ne est si intemperatæ naturæ, quæ in medio exacte  
sanitatis & morbi sensibilis cōsistunt, etiam ad or-  
dinandi uictus modum sint ancipites. Sed nec il-  
lud mirandum, ab iisdem adiuuari lædique homi-  
nes uideri. Nam contra si omnes inter se similem  
corporis statum obtinerent, utiq; mirandum tum  
esset aliquos iuari lædique ab iisdem. Sed quoniam  
contrarij inter se multorum hominū corporis sta-  
tus sunt: ratione nō caret quod ex contrarijs etiā  
utilitatem percipiant. Quo magis de medicis om-  
nibus mirari cupiam licet, quicunq; nullo prius  
naturarū facto discrimine, de sanitate tuenda scri-  
bere sunt aggressi. Sicuti enim fieri non potest ut  
unum calopodium ad omnes homines iutor ac/  
commodet, ita nec medicus unam omnibus uitæ  
speciem quæ conducat. Hæc igitur de causa qui-  
dam saluberrimum esse affirmant, abunde quo-  
tidie exercitari: quidam nihil obitare quo minus  
in quiete prorsus degatur. Et sunt quibus lauare  
maxime salutare uidetur: alijs minime. Quinetiā  
de uini aquarq; potione, itemq; de alijs ad eundem  
modum, nō ijs modo quæ ad salubrem uictus ra-  
tionem pertinent, sed etiam morborum remedijs,  
pugnantiissima inter se scribunt, adeo ut uel unum  
quippiam quod omnibus his inter ipsos cōueniat,  
rarum inuentu sit. Cæterum usus ipse docet tum  
ab iisdem ipsis aliquos lædi iuariq; tum à cōtra-  
rijs pari modo. Equidem quosdam noui qui si tri-  
duo se ab exercitatione abstinerēt, protinus ægro-  
tabant. Alios in perpetua quiete degentes, tamen  
secundam ualerudinem tueri. Atq; horum ipsorum  
alios minime lauare: alios, nisi lauissent, illico fe-  
bricitare: sicut Premigenes Mitylenæus. Atq; q  
hæc quidem ita fieri cernantur, etiā ij qui solo usu  
artem colligunt, nouere. Nemo tamen eorum ita  
ut in morbis notas prodidit, quibus quis inten-  
tus, quam quisq; uictus rationem postulet, inue-  
nire posset. Quippe in paucissimis inuenias exa-  
cte traditas quas Empirici syndromas, id est con-  
cursus uocant: quæ admodum in peripneumonia,  
& laterū compunctione: sed pleriq; morborū con-  
iuncturalem habent dignotionem: ut qui nō ex cer-  
torū incidentium collectu noscantur, sed hominē  
desiderent qui omnino corporis affectū calleat,  
quiq; omnia quæ eiusmodi affectui consonent, in-  
uenire singulatim queat. Quippe quod propositū  
est, nos ipsa ratione ducti adhuc iuuenes inueni-  
mus. Vnde etiā manifestum est usum quantūuis  
longū in ratione talia inuenire non posse. Nā de

Premigene cū audiū ē nisi lauaret, omnino febrici-  
tare: collegi ratione cū fumida excrementa gigne-  
re, quæ transpiratu emitti postularēt. cæterum cū  
densior cutis esset q̄ ut ea transmitti omnia sine-  
ret, collecta sub cute calorem excitare. itaq; etiam  
balneū eiusmodi naturis utilissimum esse, non ob  
id modo quod humidum euocet, sed etiam quod  
humectet, idq; dulci humore. Ergo placuit expli-  
cata quoq; manu Premigenis thoraci iniecta, cu-  
iusmodi esset caloris qualitas, explorare. Vt uero  
acrem mordacemq; comperi, nō dissimilem calo-  
ri eorum qui capas ampliter comedissent: multo  
adhuc magis euētus causam probe cōiectasse mi-  
hi persuadens, percontabar ecquid sudoris illi ci-  
tra balneū incideret: neganteq; id, iam firmiorē ha-  
bere me affectus eius notitiā mihi persuasi. Quin  
etiam alios quosdā uidimus quibus mordax ca-  
lor erat similiter ut huic: non tamen hi una balnei  
intermissione febricitabāt, ppter ea quod per su-  
dore excrementa his uacuabant. Premigeni præ-  
ter naturalem habitum etiā uictus ratio uel semel  
intermisso balneo febricitadi occasio erat. Nam  
plurimum domi uersabatur: ibiq; scribens uel le-  
gens perseuerabat, propterea quod Peripatetica  
disciplina incumberebat: in qua nemini suæ ata-  
tis erat secundus. Scimus & ijs qui minime natu-  
rale excrementum acruant, instantem laborū  
diligentiam, curamq; gignendi eius causam esse.  
Itaq; etiā alteri cuidam cui æque atq; illi mordax  
calor erat, tæcti balneū uno die intermitteret, cō-  
tigit non febrire, propterea q̄ nec studijs deditus  
erat, & negocia sua per urbē inambulans obibat,  
emens uendensq; multa, etiam pugnans subinde:  
in quibus sudare coactus est. Ideoq; etiam alterū  
quendam ex ijs qui æstate quotannis acuto bilio-  
soq; morbo laborant, multos iam annos seruauit  
exercitari uetans. Nam cum calido siccoq; tēpera-  
mento esset, sicuti Premigenes, etiā exercitatioe  
utebatur præceleri, tum uero sole, ac puluere. Cō-  
tigit ergo ei & calorē immodice augeri, & cutem  
densari, atq; ad transpiratū ineptā reddi. quæ am-  
bo ubi concurrerunt, nimirum corpus cui accide-  
runt, paratum ad febrem reddidit. Ergo quod in  
medendi arte semper usurpare soleo, id nūc dicā.  
Facillime quidē quod quæritur, ratiocinatio in-  
uenit, si dē uero eius experientia cōprobat. Quan-  
quam illud multo maxime mirādum est, cū Hip-  
pocrates moneat calidis naturis utilius esse in or-  
cio agere, quam exercitari: nō paucos tamen me-  
dicos esse qui ne norūt quidē cuiusmodi tales ho-  
mines sint, sed iuxta omnibus exercitationes inuē-  
gant. E diuerso nonnullos esse quibus nihil ad sa-  
nitatem conducere exercitationē placeat. Sed &  
tertiū ab his genus esse, qui assuetis exercitari, id  
permittāt: non assuetis interdican. Quorū nemo  
planē non errat: minime tamen ij qui tertio loco  
dicti sunt. Quippe qui cuilibet rei insuecunt, ma-  
gna ex parte naturæ suæ conuenientē cōsuetudi-  
nē deligūt, propterea q̄ ab ijs quæ nō cōueniant,  
subinde lēsi, ipsa repudiāt. Aliqui tamē uel dulce  
dine uictu



dine uicti, uel præ nimia dementia se lædi non sentientes, in malis consuetudinibus persistunt; uerū hi pauci: plures qui non persistunt. Quo magis rationabile est minus errare medicos eos qui omnem consuetudinem seruādam censent: qui uero nihil ad sanitatem interesse putant, exercitatus quis cibum sumat, an contra; item qui omnes exercitandos putant: hos peius consulere quā qui prædicti sunt. Horum uero ipsorum, si inter se comparentur, minus incōmodi sunt, qui ante cibum perperuo exercitandum esse putant. quod & Hippocratem præcipere aliqui sunt rati, labores enim cibos præcedere, in Aphorismis legi, non uidentes hoc loco de ordine eum locutum exercitationis, & cibi, nequaquā illud affirmare, quod omnibus hominibus hæc ambo cōducant: imò quibus exercitari expedit, præcedere exercitiū cibos debere. Quod autem non omnibus profit, & in libro De uulgo grauantib. morbis aperte testatus est, ubi calidas naturas quiescere cēlet: & in Aphorismis tectius, sub uniuersali præcepto ubi contrariorum contraria esse remedia proponit. Porro fieri potest, ut pugnare aliquando uideantur huiusmodi præcepta: nō deficientibus qui omnem motū ipsi moto corpori conuenientem exercitationē nominent: alijs ratiū eum qui uehementior sit; ita ut priore significato omnes homines exercitationem desiderare neminem lateat; secundo uero significato non ita se habere. Eorum namque qui in carcere sanitatem suā tuentur, parum apte mihi mentionem facere quidam uidentur; quippe qui spatio prorsus pereunt, si omnino tum ungi, tum lauari prohibentur. Quod uero ad paucos dies insalubri uictus rationi resistunt, nihil sane miri. Si igitur exercitatio nō uocabulo omnis uenit motus: & qui in ambulatione, & qui perfrictus, et qui lotus est, exercitatus dicitur: dūmodo conueniente modo præsentī corporis statui sit motus. Quod si quis etiam ab his sit prohibitus, omnino agrotabit. Qui enim ab his in carcere prohibentur: eos nunc non modo agrotare, sed etiam mori uidemus, si diu sint inclusi. Sin uehementiores tantum motus exercitationes uocentur, eo pacto uerum sit nō egere omnes homines exercitatione. Statim em̄ Premigenes ille nullum requirebat uiolentum motum, sed nec in porticu quæ est ante balneū, exiguum ante lauandum inambulationē: imò unctum esse ex oleo, & à balneo aquam deterfisse, satis magni motus sunt talis temperamēti homini. Hic uero & ante cenā ambulabat, & cum amicis disputabat. similiter mane quoque domi. Nusquam igitur ex ipsa in totum desidia adiutus quisquā est. Sed cum quietem agere calidis naturis Hippocrates suadet, uehementi motione uti uetat. Porro ipse multos qui propter eos motus quos per totam ætatem exercebāt, in principio autumni quotannis egrotabant, ipsis uetitis sanos reddidit: quemadmodum rursus alios à uehementi exercitatione prohibuit: alios à quiete ad exercitia traducens, cum sæpe ante agrotassent, in sapientia seruauit. Porro hi frigidiores sunt ijs qui tem-

perati & mediocres sunt, & affectu plane cōtrastati ijs qui calidiores siccioresque sunt. Diximus autem temperamentorum notas nō solum in libro de temperamētis, sed etiā in libro de arte medica. Is enim uni ex libris nostris est titulus. Mirādū uero de ijs medicis est, qui ne ea quidem quæ sensui euidenter apparent, agnoscunt. Quis enim latissimū esse hominum discrimen nunc non uidet, adeo ut eadem exercitia, iisdemque cibi alios bene, alios male habeant, non secus quæ in morbis? Quare sicuti qui non omnes eadem requirāt, eos scire decuerat, ceu manifeste apparens; ita cum cōmentarios scriberent, determinare ac docere quæ quibus uel cōducerent, uel officerēt, par erat. Quid igitur causæ fuit cur eiusmodi determinatiōes, tametsi ab Hippocrate proditas, omiserūt? Nempe quid aliud, quæ perdita ambitio, dum dogmatum principes nominari, atque inde gloriā consequi inter homines studebant? Curius causa illi non ea quidē quæ manifeste apparēt, sed opinioniones quas ipsi ultro ponebant, sequi uoluerunt. Posterius uero qui in hos inciderunt, per suasi plerique sunt, propterea quod nec quietem didicissent melius, & simul rudes imperitiique demonstratiuæ sciētig omnino essent. Qui namque hanc sequeretur, facile tum uera dogmata à falsis discernet: tum quæ certis determinationibus scripta sunt, ab ijs quæ non ita. Idem nimirum inscitiam eorum omnium damnabit, qui citra determinationē de dissidentibus, aliquid scripserunt. Quo magis, quānā esse determinationes debeant, altius repetentē, sed breuibus, diligenter audies. Quibus mordax calor natura est, adeo ut fumida gignat excrementa, ijs balneū salubre est: tum motus qui & exiguus & lentus sit. multus autem & celer aduersissimus est. Itaque isti non semel modo, uerū etiam bis die lauari conducet, potissimum æstate. Esse quoque boni succi nutrimentum, in quo nihil insit acre. In sole autem uersari, & trāsci, & multum cogitare, his inimica sunt. Qui diuersæ ab his naturæ sunt, (hi autem sunt qui frigido & humido temperamento sunt) ualentiores motus desiderant, ac uictum in quo superet, quod tenuem succum faciat. Is cuiusmodi sit, diximus singulari libro. Hi uero nec si in sole exercites, lædunt; nec etiam si balneo abstineant. Ac maxima quidē est distantia inter se naturarū differētia. Aduersissimum enim est humidum & frigidum temperamentum, ei quod calidum est & siccum. Maxima rursus est & calidum ad frigidum, & humidum ad siccum. Porro frigidum & siccum, sentum temperamento quæ simillimum est: itaque etiam celeriter senescunt eiusmodi corpora. dicuntque de hoc temperamento supra abunde est. Humidum uero & calidum, fluxionum uitij obnoxium est. Cæterum quod omnibus intemperatis naturis commune præceptum est, id expedit in hac quoque seruari. Est autem id, ut eas corrigas quidem contrariis, sed dum plane in ocio sunt: serues autem similibus, quum per negocia sibi uacare non possunt. De exercitationibus huiusmodi corporum ita statuendum est: plus quidem his laborandū esse, propter corporis humiditatem: præcelerī motu non

utendum propter calorem. Porro attendendū dīlī genter est, cum ex segniore uitæ ratione ad exerci rationes se transferunt. Illico enim fluxionum ten tantur morbis, nisi prius sint uacuatī quā exerci rationes adēāt. Quicquid enim in corpore concre tum & crassum in humoribus fuerit, aut etiā mo dicē frigidū: id statim in spiritum uertitur, ac fun ditur. Itaq; etiā uerē tales naturæ maximē ijs mor bis patent, qui ex plenitudine oriūtur: quales sunt synāchæ, cynāchæ, destillationes, quos catarrhos uocant, hæmorrhoides, sanguinis profluuia, arti culares morbi, ophthalmiæ, peripneumoniæ, late rum cōpunctiones, reliqui deniq; omnes quorum genus est phlegmone. Quare etiam occupare per ueris iniū sanguinis detractōne oportet, aut per incisam uenam, aut scarificandis malleolis. Quod si ita inanire recusent, purgandū medicamēto sunt non simplicis facultatis, sed quod trahere & flauā bilem & pituitā & serosa excrementa possit. Quæ uero de exercitacionū ratione diximus, eadem & de balneo dicta esse putandū: quippe quod ipsum quoq; non tutū est, nisi prius inanitum corpus sit. Inanito uerō utile est, potissimū cuius lauacri aqua porabilis nō est, sed in qua uis aliqua per hālitum digerendi subest. Vinum autē frigidis siccisq; na turis utilissimū esse prius dictum est. An uero cali dis omnibus idoneum non sit, sed utilior his aque potio sit, sicut in libro de popularibus morbis, si ue Epidemion legimus: nunc æstimandum. For tassis enim absurdum omnino cuiuspiā uidebitur, iu uenē qui athleticus, uel militaris sit, aut etiā fos sor, messor, arator, uel deniq; qui robustum aliquod opus exercet, aquæ tantū potione uti: atq; in hoc falli Hippocrate, cum calida temperamēta aquæ potione poscere, absolute pronunciet. Mihi uero Hippocrates nō absolute id, sed de na turis summe calidis, quæ utiq; propter intempe riam tales sint, dixisse uidetur: non quod plurimū habeāt naturalis caloris, quem ipse augeri in athle tarum exercitio confirmat. At qui ex intemperie calidus est: is neq; athleta, neque miles bonus, sed neq; fossor, messor, arator, uel deniq; ad rustica urbanæue opera fortis unquā euadet. Quippe ua lentium hominū ea sunt munera. Porro tales nun quam fuerint, nisi mediocri sint tēperatura. Atqui si media temperie sint, utiq; plurimus his fuerit na turalis calor. Ac tali quidē naturæ mediocri pro fecto dandum est uinum: sicuti ipsa quoq; medio cris est. Atq; hactenus saltem mediocri, quod ipsa mediocris est temperamēti: quando hanc quoq; necesse est non solum in senectute, sed etiam in re missionis tempore, media tēperatura frigidiores euadere. Sicut ergo ut in temperie quæ intra sani tatem consistat, calidissimum temperamētum sit, huic omnino uinum circumcidisse prodest. Sed cum triplex genere sit calidi temperamēti diffe rentia, una in qua reliqua contrarietas (nēpe quæ in humido siccoq; consistit) mediam temperiem seruat: altera in qua siccitas subsultat, & tertia in qua unā cum calido etiam humidum redundat:

utiq; in qua altera contrarietas mediū tempera mentum tenet, nunquam fuerit ultimē calor im modicus: quandoquidē huic siccitas statim super uenit. Ista uero non ponitur à nobis sicca. At in qua siccitas calori est adiuncta, in hac incidere ali quando plurimus, ut in intemperie quæ cum sani tate cōsistat, præter naturam calor potest: idq; lon go tempore. Plurimam uerō breui spatio, etiā que cum humiditate coniuncta est immoderatam cali ditatem, ut in sanitatis intēperie, fieri licet. Ac ei quidē quam primo loco diximus, differentia, tan tum diluti uini, quod *ὀλισκώδες* uocant, exhiberi sinemus, quātum à summa intēperie ipsa recellit: reliquarum autem neutri, præsertim cum summa sit, quemadmodum offensum est. Quæ enim tales intemperies non sunt, ijs dandū uinum est, sed exi guum & dilutū (tale porro est quod colore quidē est album, substantia tenue) sicut ediuerso frigidis intemperatijs calidiora uina præbemus. At quod calidissimum quidem uinum est, id frigidissimis in temperantijs est utile: reliquis uerō quod portio ne respondet. Neq; enim eius tantum meminisse oportet, quod contraria contrariorum sint reme dia, sed etiam quātitatē rationem in singulis con trarijs habere. Ergo sicuti de medicamentis offen dimus, non solum æstimādum esse calidūne an frigidum quicquam sit, sed etiam quoti in his ordi nis sit: ita & de uinis est agendum: non solum dilu tum aut calidum deligentibus nobis, sed quod ut ad intēperantiæ speciem calore frigoreue suo con uenienter occurrat ac respondet. Hæc uerō dicta mihi de ijs sunt, qui mediam senectutis ætatem a gunt: utique nec ignorantī primam eius partem esse, quæ *ἀπορροή*, id est, eorum qui cruda ui ridiq; adhuc senecta sunt, dicitur, propterea quod adhuc obire ciuilia negocia possunt: secundam autem cui apte nomē ipsum inditur, eo quod ipsa sit de qua dicitur,

Vt lauit, sumpsitq; cibum, det membra sopori. Quod tamen in tertiam non conuenit: in qua Te lephum grammaticum bis terue mense lauare dixi. Propter enim uirium infirmitatem assiduum hi balnei usum non sustinent. Accedit quod per ha bitus frigiditatem mordacia hi excrementa nō pa riunt. Nominant eum qui ad hanc partem perue nit, grece *ὑπερπλοῦς*, sicuti aiunt qui uocabulorū etymologijs gaudent: ab eo quod *ὑπερπλοῦς τῶν ἐσθῶν*, id est mittēdo in popam q̄ ducit ad Manes.

## GALENI DE SANITA

TE TVENDA LIBER

SEXTVS,

THOMA LINACRO ANGLIO

INTERPRETE.

Liud huius de sanitate tuēda specula tionis argumētū hoc libro inchoatū rus, reperiēda censeo eorū q̄ hactenus tractata sunt, capita: q̄ utiq; dicendis sunt necessaria. Igitur primū diximus quid

quid sit sanitas: secundo loco generalis eius descriptio posita est: tertio quemadmodum seruari ea possit, est proditum. ad hæc illud adiectum, animatum corpora perpetuo mutari, indeq; adeo necesse esse sanitatem eorum quæ aliàs corrumpi periclitetur, nostræ procurationis indigere antequam tam notabilis mutatio fiat, unde iam manifeste ægrotent, procurationem uero non aliunde constare, quàm ex cibo potioneq; quibus quod de substantia corporis decidit, reficiatur. Altera incurabilis esse demonstrata mutatio est, scilicet quæ pro ætatis ratione accedit: propterea quod cuiusq; animalis corpus à prima genitura ad exitum usq; toto interueniente tempore siccescat. Cæterum qui salubrem uiuendi rationem ignorant, credibile est hos citius quàm pro naturæ ratione interire. Quoniam autem (ut diximus) necesse est omne genitum animal nutrirî, substantia uero ciborum uniuersa in nutrimentum non abit, ac proinde uitiosum quiddam ex superuacuo eius relinquitur, quod proprie excrementum uocant: præparatæ à natura quædam corporis partes sunt, quæ id secernant atq; emittant. Plurima uero cum sit in naturis corporum differentia, rationabile est suam esse cuiq; sanitatis tuendæ prouidentiam. Primum igitur eo homine qui optimo sit statu, pro materia tractationis proposito: quemadmodum hunc quispiam in sanitate custodiat, tradere studuimus. Cum autem uariæ occasiones sint, quibus secunda ualeitudo uarie conuallitur: eum qui optimo corporis sit statu, [uni sibi uacantem] ac ab omni ciuili negotio liberum, in sanitate seruare proposuimus. Atq; hunc quidem cum in primis quinque libris quemadmodum quis à prima ineunte ætate ad ultimam usque senectutem in sanitate custodiat, docuerimus: nunc ad eos uenimus quibus per negotiorum qualitates esse, bibere, atque exercitari debito tempore non licet: præterea ad eos qui statim ab ortu ualeitudinariū corporis statum sunt fortiti. Sanè breuior erit de his sermo quàm prior, quamuis super natura longior sit, propterea quod plurimarum materiarum uires quibus ad secundæ ualeitudinis tutelam utimur, prædictæ iam sunt. Nam cum frictione, balneo, exercitatioe, cibo, potione, fomento calido frigidog; ueneris tum usu, tum abstinentia, & siquid aliud eiusmodi est, mutationes fieri corporis cernamus: utique horum omnium uires (ut dixi) prius sunt proditæ. Vitiosi autem corporum status genere duplices sunt: cum elementares & primas corporis particulas, quas Aristoteles *διαιεσιμὰς*, id est similes uocat, aliq; æqualiter, aliq; inæqualiter attemperatas habeant. Dico autem æqualiter temperari, cum ad aliquam in temperiem uersæ æqualiter corporis particulae omnes, aut frigidiore iusto, aut calidiore sunt reditæ, aut sicciores, aut humidiores, aut per coniugationem quædam calidiore simul & sicciores, quædam humidiores pariter & frigidiore, & quædam humidiores & calidiore, quædam sicciores & frigidiore. Quinetiā in instrumentaliū partiū

A compositione quædam æqualiter, quædam inæqualiter sunt conditæ. Ac primum quidē dicantur hic quoq; qui status corporum sunt maxime ualeitudinarij, sicuti & prius [qui maxime sanus esset] ostendi. Verum is unicus erat. etenim in omnium rerum genere quod optimum est, id unum est: uitiosa uero plurima sunt. Duplex tamen est eorum secundum genus discrimen, ceu paulo ante dixi: alijs simili intemperie omnes partes habentibus, alijs dissimili. Atq; eorum quidem quæ similem in temperantiā habent, ea pessima esse constat, quæ has ualidas habent, ac potissimū frigidas simul & siccas. At quibus inæqualiter se habent corporis partes, horum numerare quidem uarietates facile non est. Ceterū illa quoq; duplici genere specieue, siue quouis alio modo nominare uelis, uariare licet. Nam maxime quidem ea morbis patent quorum principes maxime partes contrarijs temperamentis sunt affectæ. Minus obnoxia ualeitudini sunt, quibus diuersæ à principibus partes ita se habent. Equidem aliquos iam uidi, quibus ueter frigidus erat, caput calidum: sicut contra quibus caput frigidum erat, ueter calidus. Vidimus autem & ex accidenti, nō primum, nec propria temperamenti ratione assidue afflictū bilū uetrem, qui alioqui non erat natura calidus. æque uero & refrigeratum alterum, quamuis nō esset natura frigidus. ad eundem modū & caput, & iecur, & lienem, atque etiam alias partes, aliarum quandoq; intemperantijs affici, cum aut ipsæ haudquaquā læsæ in proprio temperamento essent, aut etiam contrarium planè quàm altæ affectum haberent. Primum ergo de his uerba faciam, qui æquali sunt intemperie: idq; ab ijs qui præcalidi sunt, auspicatus. Sanè dictum à nobis in libro de temperamentis est, fieri non posse ut intemperies quælibet sola diu duret: quando ipsa sibi ipsi alteram ex necessitate adsciscit. Inde q; factum ut pleriq; medicorum quatuor tantum esse intemperatias putarint, easq; compositas: simplices uero ne esse quidē. Nam & calidā, dum humiditates semper consumit, parere siccitatem: & frigidā, dum nihil absument, humoris incremento quodāmodo conferre. Eodem modo & siccam, p eas ætates quibus augetur animal, calidius ipsum semper efficere, quibus uero decrescit, refrigerare: & siccare quidem solidas corporis particulas, cogerere uero abundantia excrementorum. Simili modo si humida cū modice calida coierit, existeret aliquādo in utraq; oppositione mediā temperiem. Vtrinq; oppositionē intelligo, & quæ ex calido ac frigido cōsistit, & quæ ex sicco & humido. Erit autem medijs temperamenti (q̄ *μεσότης* Græci uocant) eiusmodi intemperantia, in ipso præcipui uigoris tempore, quam *ἀκμῶ* Græci uocant, sed & in remissionis tempore, prout ipsi conuenit. Optimam namq; temperiē in adoleſcentia corpus obtinet: reliquæ omnes ætates deteriores hac sunt: ut prius est ostensum. Atq; hoc etiam meminisse conueniet, unum id quoq; ex ijs quæ dicta sunt. Cum em̄ duplices actiones in animalib; sint, certe corporales

corporales pueri præcipuas obtinent: quæ animi sunt, ea quæ à pueris ad remissionem usque succedit ætas. Nec tamen est has ætates annorū numero circumscribere, quemadmodum nonnulli fecerunt: nisi forte in latitudine quadā. Ergo pubescere quidem incipiūt aliqui, ubi quartum decimum annum expleuerunt, quidam uno post anno, aut etiam amplius. Initium præterea remissionis nonnulli habent statim à trigésimo anno, nonnulli post quintum & trigésimum. Ac robur quidem omnibus minuitur, post ipsam summæ uigoris ætatem; non tamen hi sanitatem amittunt, tamen minus hanc quæ ante laudabilem habent. Cæterum hanc habent non solum usque ad initium senectutis, uerum etiam in ipsa senectute tota: quæ ipsa quoque quibusdam naturalis esse morbus uidetur. Cum enim nec dolore anguntur ullo, nec ullam actionū earum quibus ad uitæ munia utimur, aut penitus amiserunt, aut omnino imbecillam habent, utique sani sunt, sanitate quæ senectuti sit congrua. Meminisse enim profecto oportet eorum quæ de sanitate demonstrata sunt, nempe quod ampla sit eius latitudo. Iam si tertia quoque corporis affectio est, quam neutram Herophilus appellat, quæ in ijs qui e graui euaserunt febri, conualescendi tempore cer nitur, & senili etate: omnino extra morbum senes erunt: actiones tamē perinde ut ijs qui in flore ætatis sunt, firmas ualentesque non habebunt. Verum si ad uidendum, audiendum, ingrediendum, aliaque facienda quæ senī expediunt, nullo deficitur corpus: etiam hoc rationabiliter senis sanitatem nominemus, utique totum hoc iungens, senis sanitatem: non absolute sanitatem. Hec enim propter ipsam actionum uirtutem integra est, & de qua queri non possit. Senum sanitas querimonij non uacat. Quamuis enim omnes actiones habet, nullam tamen ualidam habet. Atque adeo illa pars artis quæ de senū ductu instituitur, huc tantum consilia dirigit, ut sanitatem eorum quatenus fieri licet, tueatur. Corpora uero quæ prima statim genitura prouum ad morbos statum sortita sunt, ea plane ad senectutē nunquam peruenerunt: aut si quando peruenerūt, uno saltem diutino morbo penitus laborant. Proponimus autem in hoc libro de ijs differere, qui uitioso corporis sunt statu; atque hos quemadmodum sanos plurimum tueamur, disquirere. Ergo initio ab ijs sumpto, qui parem in omnibus corporis partibus intemperiem habent: primum de ijs agamus, qui calidius temperamētum sortiti sunt, cæterum in humiditate ac siccitate modice se habent. Ac talis quidem corporis natura ab initio statim magis apparet sana, quam ea quæ in utraque oppositione uitiosa est. Utraque oppositionem intelligo, & quæ ex calido & frigido consistit, & quæ ex humido & sicco. Eadem dentes edet citius, & citius articulatam uocem proferet, et citius ingreditur, & singulis annis ad portionē incrementi. postea uero quam adolescentiæ annos compleuerit, exinde ad remissionem usque manifeste calidior apparebit, sic ut tum morbis, tum symptomatis quæ à bili o-

riuntur, facile sit obnoxia. Multis namque calor dum humorem absorbit, siccius temperamentum reddit. At cum florens iam ætas item calida sit, nimirum composita, eorum temperies calida simul siccaque erit. In talibus autem temperamenti bilis abundare tum pallida, tum flaua, solet. Ergo qui hac natura sunt, ad ætatem usque adolescentiæ similiter edicandi ijs sunt, qui optimæ sunt naturæ: de quibus dictum in præcedentibus est. Postea uero quam absolutum eorum corpus sit, considerare oportet utrumne bilis excrementum illis per aluum expellitur, an ad superiorem uentrem sit propensum. Si enim deorsum feratur, constat non debere esse sollicitos. Sin superiorem uentrem petat, per uomitum est emittendum, scilicet longe ualere iussis philosophis ijs qui uomere ex aqua tepida post exercitationes ante cibum uctant. Nam uino nec ipse sanè tum esse utendū suaserim, nisi difficulter id faciant ex aqua. Quippe eiusmodi quædam corporis naturæ sunt: quibus utique uinum dulce, sed ubi aquam præberint, est concedendum. Præterea etiam magis ubi temperamentum eorum ab initio calidius sicciusque fuit, uomitio petenda est: propterea quod magis etiā hi biliosi sunt in præcipui uigoris ætate. Quin et exercitari his utilius est, non acutis exercitationibus. & præuegetis, sed potius tardis & mollibus. Sunt enim omnes qui hoc statu sunt, graciliores. Acutæ uero exercitationes consensu gymnastarum omnium extenuant: sed lentæ contra corpus implent. Sunt uero ex ijs qui impense calido temperamento sunt: et qui exercitari prorsus non desiderant, sed abunde his satisfaciunt inambulatione, balneo, & mollis ex oleo frictio. Acre namque & mordax calidum, id est quod ab his exhalat, non humectans, quale *ἀρτυρόδω* Græci uocant, nec suaue, citraque morsum. hos uero à cibis quoque balneum iuuat. Quidam uero eorum incredibile est quam obesi sunt redditi ex tali uictus ratione. Antiquum autem uinum inimicum his est: album uero ac tenue idoneum est. Aestimandum autem in omnibus est qui à cibo lauantur, num in dextera præcordiorum parte, ubi situm iecur est, dolore aliquem aut grauitatem, aut tensionem sentiant. Eiusmodi namque corporum status iocinoris uitijs tentari solet, si balneo post cibum utantur. Ac si quando eiusmodi aliquod uitium sentiant, illico dandum aliquid est eorum quæ obstructum iecur liberent: abstinentiūque ab ijs cibis qui crassum efficiunt succum, ac potissimum si ijdem glutinosi sint. De his dictum abunde nobis est in tribus libris quos de alimentorum uiribus scripsimus: præterea in eo libro quem de euchymia et caco chymia, id est de cibis boni & mali succi, edidimus: itemque in libro de extenuante uictus ratione. Quippe qui dolorem in iocinore sentiant, ijs tali uictus ratione utendum omnino est, quoad dolor se remiserit, & dextra præcordia leuia quodammodo sentiant. Utile sanè fuerit & liquorem in quo macerata sit ablinthij coma, offerre: præterea quodatum ex ea, tum ex aniso & amaris amygdalis conficitur

ficitur: quod etiam bibere ex oxymelite præstat in eo tempore, quod inter surgendū lauandūq; interuenit. Nam & postq; confecta sunt quæ ex uentre ad iecur reddunt, talia exhiberi præstat: & temporis aliquid eorum operi ante cibum sumendum dari. Non inutile est & medicamentum quod diacalaminthen uocant: cuius compositionē in quarto horum cōmentariorum scripsimus. Verum in biliosis temperamenti cauere oportet huius affiduum usum. Sed & si quando horum quispiam eo propter iocinoris obstructions utitur, utilius est ex oxymelite id bibat. Porro alimentī species, si quis horum temperamentum uertere in melius studet, contraria esse intemperantiæ debet. Sensum uero id fiet citra noxam, si & præsit medicus: & qui curatur, ita sit à negocijs liber, ut omnia suo tempore peragat. Nam qui in rebus ciuilibus uersatur, & multis negocijs distringitur, huic tutius est, ut nec tentet temperamentū suum mutare, sed accommoda sibi nutrimenta sumat. Porro apta sunt humidis quidem humida, & siccis sicca. Nutritio enim fit, cum is qui nutrit cibis, corpori quod alit, assimilatur. Citius autem assimilatur sicca siccis, & humida humidis. Quibus uero æquale temperamentum est, is quanto iucundius fuerit quod comedunt, tanto utique fit magis nutritus. At qui inæqualem temperiem sunt sortiti, ita ut his aliud iocinoris temperamentū sit, aliud uētris, aut alicuius eorum quæ circa iecur sunt: is diuersum est quod assumptū iucundum est, ab eo quod cuiq; particulæ est idoneum. Quoniam autem ostensum est duplex esse quod singulis conueniens est, aliud quod secundum simplices qualitates, aliud quod secundū totam substantiam: quod simplicibus qualitatibus maxime aptū est, id quale nam sit, superius paulo est cōprehensum: idq; seu mutare intemperiem per ocium uelis, seu cedere cogaris propter negocia. Quod ex tota substantia idoneū maxime est, sola experiētia discernitur. Ac maximā quidem usum habet ad ea quæ edūtur bibunturq; non in uentre modo, sed etiā toto corpore conficienda, totius substantiæ conuenientia: cuius ratione nutrimenta animalib; & uaria, & speciebus multū inter se diuersa habentur: cum nulla similitudo sit eius quod ex palea & herbis accedit, ei quod ex ossibus & carnibus, nulla societas eius quod ex pane est, cū eo quod ex cicuta & ueratro. nam & hæc animantium quibusdam nutrimenta sunt. Fiunt autē & qualitatibus conuenientia: utiq; si seruare temperamentū studes, humidis naturis humectante cibo maxime quadrante: siccis uero, eo qui siccet. sin alterare placet, contrarijs. In eo autē qui est in calido frigidoque ad intemperantiā lapsu, cōtraria dare semper expedit: cum & efficacissima eiusmodi intemperies sint: & (ut ita dicam) magis quam quæ ex siccitate & humiditate cōsistunt, potentes: quippe facile similibus nutrimentis in morbosam intemperantiā abeant. At si siccis quoduis membrū efficias, nihil manifeste lædes. pari modo nec si humidiori

suam humiditatē serues. Euidenti uero argumento tibi & ætates sint. Quæ enim à primā genitura adolescentiam usq; habentur, humidissima is caro est: senili ætati impēse sicca. Meminisse uero in huiusmodi sermone oportet, eorum quæ in opere de temperamenti sunt scripta, scilicet ne quis exstimet qui superuacuis excrementis onerant, hos humido temperamento esse. quæ res eos qui senectutem frigidā & humidā putarunt, falsos habuit. Non enim ipsæ particulæ senum humidiores temperamentō sunt, sed ipsæ capacitates quæ inter corpora patent, tum senum, tum eorum qui humidis morbis laborant, superuacua humiditate implentur. Porro cuiusmodi siccus morbus sit, certa scientia cognoscet, qui librū quem de marasmo inscripsimus, diligenter relegerit non semel bisue, nec transcurrentes, sed singulis insistens atque intentus. Sane qui hæc cōmode leget, hūc exercitari prius cōuenit in secundo de temperamētis libro, in quo demonstratum est senis temperamentum siccum esse. Verum quod in præsentia nobis propositum est calidius iusto corpus, si quidem in prima constitutione mediū humiditatis siccitatisq; habitum habuerit, omnino id in incrementi statu (quā *axelus* uocant) siccum efficitur, idq; tum magis, tum celerius, si etiam natura siccior erat. Sed & senescet idem citius, quanto utiq; ad summum incrementum peruenit citius. Nam cum omnes in remissione ætatis siccescimus: ratio est ut qui natura sit siccior, in senilis intemperantiæ siccitatem citius perueniat. Hi ergo in præcipui uigoris ætate potissimum humidam uictus rationem postulant: cuius formulam proxime descripsimus. perficitur enim humectantibus cibis ac balneis, tum exercitationum & quæ præceleres & quæ multæ sunt, abstinentia. Hi adeo ætatis tempore & citius lauant, & à cibo iterū, prodest his & frigida potio. At uenus siccis temperamenti est inimicissima. Vitandæ q; maxime his sunt exultationes, & lassitudines, & sollicitudines, & uigilia, & motus omnis celer. Iracundia uero cum biliosas naturas maxime accendat, acutas febres parit. Itaq; quæ uictus ratio is laudat qui status incrementi tempore sunt calida, humiditatē tamen ab ortu mediocrem habebat: hæc is qui natura calidi sunt & siccis, magis cōuenit. Nec dubiū est quin modus quoq; excessus superantis elementi in primis considerandus sit. Siquidē eatenus intendere, remittere, aut augere uictus speciē oportet, quatenus supra naturalem habitum aucta diuina nutraue sunt temperamenti elementa. Quapropter si eorum qui natura humidiores calidioresq; sunt, mutare temperamentum ad frigidiorē sicciorēq; speciē libet: contrariam his uictus rationē exhibeas oportet. sin id curare placet, similem. Sane eiusmodi naturæ in puerili ætate fluxionū & redundantiæ morbis maxime tentant, itemq; putredinis, quo magis & pluribus exercitationibus & exacta uentris cōcoctione indigent. Quicquid enim in hoc corrumpitur, id toti corpori morborum putredinis occasio fit.

Itaq;

Itaq; & ante cibum his terq; hi si lauent, ac calidis A  
sponte ortis utantur: maximum inde commodum  
sentiant. Quippe huc dirigitur in his cōsiliū, ut  
ipsas animalis particulas seruemus humiditas. Que  
res omnis temperamentū communis est; si modo  
contraria ratio omnium animantium corpora ci-  
tius ad senectutem perducit, ipsaq; sit cuius culpa  
omne genitum corpus mortale sit. Quippe si fieri  
posset ut temperamentū corporis humidum per-  
petuo seruaretur, uerus philosophiæ cuius inter initia  
operis memini, sermo esset, qui sibi auscultantem  
promisit immortalem fore. Quoniam naturæ pro-  
gressum qui est ad siccitatem, effugere corpori nō  
licet, ut ante docuimus: ideo senescere nobis  
corrumpiq; necesse est. Erit tamen id maxime diu B  
turnum, quicquid erit minime siccatum. Verum  
cum humida uictus ratio excremēta & succorum  
abundantiam pariat, difficile est ita mediocritatem  
seruare, ut neq; morbi incendant, neq; senectus ma-  
turetur. Quod tamen ad ipsius temperamētī ratio-  
nem attinet: qui maxime sunt humidī, ij maxime  
sunt longæui, iidem & sanitate, ubi corpus ad ro-  
bur peruenit, plus cæteris fruuntur: & cæteris qui  
parētem etatem agunt, ualentiores ad extremū uicq;  
senium sunt. Ideoq; ferme tum medicis omnibus,  
tum philosophis qui corporis elementa diligenter  
inuestigant, temperamentū id laudatum est. Im-  
mo etiam unum id proinde secundum naturam se  
habere quibuscūq; est uisum. Nam quanquā in  
principio sit deterius, tempore tamē reliquis præ-  
stantius euadit. Quo magis qui tuendæ huius cor-  
poris sanitati præficitur: ijs quæ ab ipso defluunt,  
prospicere debeat tū exercitatione (ut dixi) tum  
balneis ante cibum pluribus, tum uero ijs quæ per  
uentrem et urinas reddunt, excernendis. Nec pro-  
hibet præterea quicquā, quin & apophlegmatil-  
mis & purgationibus aliquādo utatur; anteq; om-  
nia cibis boni succi, ac uini potione quod urinas  
promoueat. Et de calidis quidem temperamentis  
abunde dictum est: de frigidis deinceps agēdum.  
Sunt porro & horū tres summæ differentiæ. Nam  
aut modice se habent in altero contrariorum pari,  
ita ut nec humidī sint, nec sicci: aut alterum in his  
redundat, utiq; uel siccum, uel humidum. pessima  
tamen merito sicca temperatura est, quippe quod  
temporis spatium senescētibus accidit, id his statim  
ab initio contingit. Ergo istos humectare calfacē-  
re; oportebit. Id fiet exercitatione modica, et nu-  
trimento humectante ac calido: præterea uini cali-  
di potione, & somno liberaliore: illud interim pro  
uidentibus nobis, ut excrementa omnia quæ uel  
ex cibis uel potione proueniūt, quotidie expellan-  
tur. De teneris uero dictum supra est, eam omnibus  
qui sicco temperamento sunt: inimicam esse. Nūc  
uero etiam ex hoc numero potissimū aduersa est  
ijs qui supra siccitatē frigidi quoq; sunt. Nā inno-  
xia uetus ijs tantū est q; calidi humidiq; sunt: tum  
uero qui genitura naturaliter abundāt, de quibus  
inter inæqualia temperamenta mox dicetur. Ma-  
lum uero & illud frigidū temperamentū est, quod

cum humiditate coniungitur: maximeq; id fluxio-  
num morbis est obiectū. Succurritur huic & bal-  
nei abstinentia, & exercitio, et tenuiore uictu, &  
unctionibus quæ modice calfaciant; quarū forma  
narrata prius est, ubi de lassitudine egimus. At qui  
frigidi natura sunt, ceterū in sicci humidiq; tempe-  
ratura modice se habent: minus ij uel ad sanitatē,  
uel ad corporis robur sunt inepti, quā qui in il-  
lis sunt intemperati. horum igitur excitare firma-  
re; calorem expediet. In humiditatis uero siccita-  
tisq; specie, tota uictus ratio media est exhibenda.  
Atq; hæc mihi omnia de ijs dicta sunt, quos æqua-  
lis intemperies premit, hoc est quibus omnes cor-  
poris partes ad calidius, uel frigidius, humidius,  
uel siccius similiter sunt inclinatæ. De ijs uero qui  
inæqualem corporis constitutionē habent, nō po-  
test paucis differi, propterea quod numerosæ ho-  
rum uarietates sunt: cum alijs alia particula male  
temperata sit. Sed & si duas tantū quis intempera-  
tas habeat, harū quoq; uarietates non pauce sunt.  
Proindeq; cum prius docuero quānā ijs exhiben-  
da sint, quibus inculpatus quidem est corporis sta-  
tus, utunt aut uitam seruilem, siue negocialiam,  
siue quouis modo aliter appellare placeat: ab ijs ue-  
ro, quānam ijs qui æqualem intemperantiam ha-  
bent in simili uiuendi genere; transibimus dehinc  
ad eos qui inæqualē in corporis partibus statum  
habent. Ergo salubris & inculpatus corporis sta-  
tus, in latitudine (ut sæpe dictum est) intelligi de-  
bet: sicuti etiam ipsa sanitas. Nam neq; sanus esse  
quisquam nostrū uideri potest, ea saltem quæ om-  
nino inoffensa inculpataq; sit, sanitas: neq; incul-  
pabili esse corporis statum. At sanos esse dicunt, qui  
nec parte aliqua corporis dolēt, & ad uitæ munia  
haudquaquā sunt impediti. pari modo et corporis  
statu illo esse, cum nec ab externis occasionibus  
facile in morbos incidunt, nec ab internis. Illo nimi-  
rum pro re certa prius definito, assidue ægrotare  
aliquos non ob propriū corporis statum, sed pro-  
pter uitiosam uictus rationem: dum aut in delidia  
uitam exigunt, aut nimīū laborāt, aut in ciborum  
qualitate quātitatē uel tempore peccant, aut ex-  
ercitium aliquod noxium exercent, aut in somni  
modo, aut ueneris immodico usu falluntur, aut et-  
iam ægritudine animi, curisq; parum necessarijs  
se macerant. Quippe nō paucos nouimus eiusmodi  
de causis quotānis ægrotare: quos tamen nō di-  
xeris uitioso corporis esse statum: sicut eos qui cum  
nullo horū quæ recensui, deliquerunt, tamen per-  
petuo ægrotant. Ergo primū propositus sermō  
is esto, qui corporis statum in latitudine inculpa-  
tum habet. quicq; alteri uiuens, toto die ministrat,  
aut maximo magistratui, aut monarche: cæterum  
ad extremū diei liber à domino discedit. Quo lo-  
co rursus definiendū nobis est, quem finem diei di-  
cimus; quādo aliās lectoris sermo noster imponat,  
nisi certa limitatione sequat. Si enim dixerō dissol-  
ui tum primū hominē ad corporis sui curā, cum  
sol occidit, nec adiecerō quo die id uelim, circā  
ne solstitiū, an brumā, an circā æquinoctia, an alio-  
quopiam

quopiam tempore quod dictis interuenit: nō pos-  
sunt cōmoda praecepta tradi. Romae enī maximī  
dies ac noctes, paulo maiores quindecim aequino-  
ctialibus horis sunt. contra minimi, paulo intra no-  
ctē. In magna uero Alexandria maximus dies qua-  
tuordecim horarū est, minimus decem. Ergo qui  
in breuissimis diebus, & longissimis noctibus a mi-  
nisterio occidente sole redit, huic fricari per oculū  
& lauare, & modice dormire licet. Porro nemo est  
cui nec in maximis, nec etiam his, licet aliquid me-  
diocriter agere. Nec ipse profecto quēquam noui  
tam infelici uitae sorte. Antoninus enim, qui impe-  
ratorum quos ipsi uidimus, promptissimus ad cu-  
ram corporis uenit, breuissimis diebus sole occidē-  
te in palestram ingreditur: longissimis autē hora no-  
na, aut ad summum decima. Quare licet ijs qui illi  
in diurnis officijs adsistunt, ubi discescere, reliquo  
diei tempore corporis curam agere: ita ut sole occi-  
dente ad somnum se conuertant. Nam cum mini-  
ma nox nouem horas aequinoctiales aequet, abun-  
de his fuerit si id totum tempus in somno sumpse-  
rint. Ergo uidendum est assuetudine per antea actam  
uitam exercitationi talis minister fuerit, an citra  
exercitationem lauare. Nam sunt qui ne frictionē  
quidem sibi adhibeant, sed protinus perfusi oleo  
balneum ingradientur, aut etiam frigidi tantum  
arrepito, quo sudorem in ipso balneo defringant.  
Ac nonnulli quidem hanc consuetudinem modi-  
ce ferunt, ita ut aliqui eorum nec assidue aegrotēt,  
[nec longo tempore,] utiq; quibus libera corpo-  
ris transpiratio est: *ὑδραργυρὸς* Graeci uocāt, eos-  
dem aliqui tum medicorum, tum gymnastarum,  
*ἡδυστοκίτης* Graece appellant. Quin dictum &  
ab Hippocrate est huic generi hominum sanitatē  
magis constare. Ait enim: Laxitas corporis ad trā-  
spiratum, quibus plura per cutim feruntur, salubri-  
us. quibus pauciora, minus salubre. Hanc corpo-  
ris naturam ad aliam consuetudinē transferre non  
oportet, sed nec ullam omnino aliam naturam ni-  
si quae longo iam tempore aegrotat. Quod si qua al-  
si due aegrotet, disquirere in ea causam conueniet.  
Ea inuenietur, si initium inquisitionis ab aegritudi-  
nis specie coeperimus. Quicquid enim eorum quae  
in ipso sunt, corpus affligit, duplici id occasione o-  
ritur, aut redundantia, aut succi uitio. Ac si quidē  
redundantiae uitij aegrotare uidebitur, huc uni-  
uersa tendet uictus eius ratio, ut succos ad conue-  
nientem modum reuocet. sin ex succorum uitio,  
ut pares eos faciat. Prius autē specialiter dicet quē-  
admodum prospiciendum mediocritati sit, quae in  
quantitate spectatur. post quemadmodum aequa-  
litati, quae in qualitate consistit. Itaq; iam de priore  
agamus, ducto tandem ad principium sermone.  
Vbi quod ex corpore exhalat, minus ex ijs quae  
accepit, redundantia oriri morbi solent. Ergo pro-  
spiciendum est ut eorum quae eduntur ac bibun-  
tur, respectu eorum quae expelluntur, conueniens  
mediocritas seruetur. Sanē is modus seruabitur, si  
ponderabitur a nobis in utrisq; quantitas. Qui enī  
balneum statim ingreditur, ijs postea frictione

Galen.

uti, atq; etiam prius paulum dimoueri: qui uero  
haec prius obierint, paululum etiam haec ipsa inau-  
gere suadebimus; detrudere uero de nutrimenti uel  
quantitate, uel qualitate, uel etiam utraq;. Qui enī  
celeriter notabilem abundantiam acruant, ijs de  
utraq; qui non celeriter aut non notabilem, ijs de  
altera demptum esse sat fuerit, utra uidelicet ho-  
mo ipse potius uoluerit. Ac quemadmodum de  
quantitate dematur, notum est. De qualitate de-  
mitur, cum exigui nutrimenti cibus apponitur. Si  
quidem non pauci suilla nutriti, celerrime copiam  
acruant: cum alias requirat id nutrimentum tum  
frictiones, tum exercitationes plane uehementes.  
His igitur olera & legumina, quae non multū cor-  
pori adiciāt, praeterea pisces & aues quae multum  
item non nutrant, exhibenda sunt. Qui uero uitio-  
sos congerunt succos, ij non perinde ut qui redū-  
dantiam cogunt, uni tantum rei sunt intenti: quan-  
do quidem nec unica est uitiosi succi species. Alij  
enim magis frigidum pituitosumq; eiusmodi suc-  
cum congerunt, alij magis calidum ac biliosum,  
nonnulli magis aquosum, alij rursus magis melan-  
cholicum, id est qui magis atra sit bilis. Horū er-  
go cuiq; abstinentum ab ijs cibis potionibusq; est  
qui cum quē colligunt succū facile gignant. Por-  
ro dictum abunde de his est in tribus libris qui de  
ciborum uiribus sunt inscripti: item in alio quem  
de ijs qui bonum malumue succum gignant, in-  
scripsimus. Est & praeter hos alius de ijs qui exte-  
nuant cibis: utilis profecto ijs qui crudum conge-  
runt succum, qui crassus quidem omnino est, non  
tamen perpetuo glutinosus. Sanē omnibus his cō-  
mune auxilium est alui deiectione: potissimum uero  
quibus est naturaliter adstrictior. Communis por-  
ro est & ueneris conueniens mediocritas. Quibus  
enim inculcata corporis constitutio est, non de-  
bent ij (ueluti siccis supra praeceptum est) a uene-  
re omnino abstinere. Illud tamen cōsiderationem  
desiderat, semel ne die, an his sit ijs qui eiusmodi  
uitam agunt, comedisse, ex usu. Eius considerati-  
onis caput est & corporis ipsorum natura, & ab  
hac in uictus ratione consuetudo, & tertio ab his,  
si mutare uictus rationē uidebitur, quo pacto eius  
mutationem homo feret. Atq; ab ipsa quidem na-  
tura, eius quod conducet significatio datur. Et co-  
rum quidem quibus biliosus uenter est (sicut di-  
ctum nobis in quarto iam est, & nūc nihilominus  
dicetur) primi semper ciborum ac potionum sint  
qui aluum deijciant. Ex uinis quidem dulcia, &  
quae mollire uentrem possunt. Non enim omnia  
eius sunt generis. Ex cibis, olera cum oleo & garo.  
Vitanda uero ex uinis sunt austera: ex cibis, qui  
adstringunt: nisi si firmandi oris uentris causa post  
totam comestionem exhibeantur. Id autem expe-  
rientia quoq; discernendum est. Sunt enim quibus  
adstringentium usus adeo aluum non comprimit,  
ut etiam ad deijciendam cōducatur, propterea quod  
os uentris roborat. Quod euidentissime in ijs qui  
imbecillius id obtinent, cernitur. Quicunq; uero  
palestrae exercitijs ante balneum sunt usi prius q̄  
P adstrictae

Tom. 2



districtæ negocijs uitæ se addicerent: ijs ut ab ipsis abstinuisse est incommodissimum, ita ut similiter utantur, præter incommodū, etiam fieri omnino nequit. Ergo exercitatione quæ apothērapia dicitur (de qua supra egimus) istis utendum censeo: & simul de suille carnis modo nonnihil demendum. Quoniam uero (ut ante dixi) sunt quibus ante balneum elisasse aliquid est melius: dicendum deinceps est tum de hora qua facere id debent, tum quantitate eorum quæ sument, ac qualitate. Ergo quod ipse facere insueui diebus ijs quibus propter uel in firmos uisitandos, uel ciuilia negocia, putauī me serius ad balneum accessurum: id dicere non grauabor. Ponatur dies quo id fit, tredecim horas æquinotiales longus: in decimam uero corporis curandi spem esse. Hoc casu uisū mihi est circa quartam horam simplicissimum sumendum esse nutrimentum: qui utiq; solus est panis. Atq; ipse quidē ita feci. Quibusdam uero pane solo uel ci sine obolatio non placet, sed cum cum palmulis, oliuis, melle, aut sale, sumunt. sunt etiam qui post eum bibūt. Ego uero nec à tali cibo unquam bibo, & solum panem comedo. Sit autem cuiuscūq; eorum modus, is qui decima hora concoctus esse possit. quippe si exercitari cupiant, eo maxime pacto citra noxam se exercitent. siquidem non leue incommodum nonnullis accidit, cum repleti cibo se exercitant, nonnullis enim & caput impletur uaporibus, & in iocinore aut ponderis sensus, aut distentionis, aut utriusq; percipitur. Ergo cum tale quippiam incidit, succurrēdum ei quam primum est, si secur obstructum sit, ijs quæ in uis eius herentia impeditaq; expellant. si caput repletum est, ambulationibus, sed potissimum ante cibum. nihil tamen uetat quin & post cibum. Cæterum has quam maxime lentas esse expedit. Illas quæ ante cibum sunt, magis his quidem citas, non tamen quales festinabundi usurpamus opere aliquo urgente. Quæ uero iocinoris meatus obstructos expediunt, eadem tarditati concoctionis conducunt. horum optima sunt oxymeli, & dia trion pipereō, in quo nullum immistum sit medicamentum nō familiare. ad hæc tenuatioris uictus. Hæc enim tarditatem concoctionis corrigunt, & obstructiones iocinoris liberant. Vbi uero corruptio ciborum in uentre accidit: quibus id quod corrumpitur, in aluum descendit, ijs maximum id cōpendium ad sanitatem est, quibus uero non descendit, ij prouocandi ijs sunt quæ leuiter deiciunt: cuiusmodi sunt diospoliticon, utiq; cum pari cum reliquis pondere nitrum immistum habet, & quod ex ficis & cnico componitur, aliq; quæ ex cnico uel epithymo conficiuntur. Porro ijs qui ita sunt affecti, etiam uomitus ante cibum conducit: uomitus autem uini dulcis portione prouocatus. Consulendum uero his est ne quod humidum, aut male oleens, aut deniq; facile corruptibile nutrimentum accipiant: sed quæ boni succi sint, (medici euchyma uocant) potius eligant. Scriptum uero de his alibi est in ijs quæ de boni maliq; succi cibis prodidimus: præterea in il-

lis tribus quos de ciborum facultatibus inscripsimus. Per commodum uero ijs qui ita se habent hominibus est & si ex conueniente interuallo aluum subducant per ea quæ modice purgent, cuiusmodi est quam medici dialoes picram græce uocant. Si uero longo tempore uitiosum succum augeri sinas, grauis quispian morbus ipsis incidet. Sanè possunt eiusmodi sibi curam impendere ijs diebus quibus publicum aliquod festum celebratur, quoniam nimirum liberi à seruilī ministerio sunt. Verū multi per intemperantiam adeo nihil agunt quo quod uitiosum in corpore collectum est corrigant, ut etiam magis ipsum accumulēt, dum uitioso uictu in ipsis festis utuntur. Quo fit ut alijs eorum diutini morbi incendant, à quibus tota uita explicare se nequeunt, (cuius generis mala sunt & podagra, & articularis morbus, & calculus): alijs acuti, sed qui uel singulis annis infestent, uel certe alternis omnino. Aliqui uero etiam bis ita in uno anno laborant. Ars uero quæ sanitati tuendæ præsidet, ijs qui sibi paruerint, constaturam sanitatem promittit. Qui uero parere recusant, ijs perinde est ac si omnino non esset. Recusant autem alij, ab ipsa in præsens uoluprate uicti, quos incontinentes intemperantesq; nominant: alij ambitione, quam græci hodie *νεροβξία*, id est, uanam gloriam uocāt, quorum is erat qui quiduis potius sustinisset, quam pice sibi toto corpore continenter illini, suadentibus id medicis pro gracilitatis remedio. hæc enim nonnullis propter totius corporis in sicci frigidiq; excessu intemperiem oritur, nonnullis uero propter digerentis in corpus, uel nutrientis, uel etiam ambarum facultatum naturalem imbecillitatem. Porro omnibus qui ita sunt affecti, auxiliatur uinguenti genus quod à grecis hodie dropax dicitur, utpote quod & distribuendo in corpus alimento, & nutritioni cōducit. Et sanè multos ex ijs qui prius graciles fuerunt, uidere licet hoc remedio obelos redditos, potissimum quibus digerendi facultas in firma erat, nutriendi uero firma, sed quæ per aptæ materiæ penuriā affatim nutrire non potuit, quod ei nimirum ex deducendi in corpus alimenti defectu, incommodum accedit. Verum aliqui per ambitionem (ut dixi) ne sicut delicati, aut quifor-  
ma plus satis indulgent, pice ungi uideantur, resurgunt eiusmodi auxilium, atq; aliud quippiam sibi à nobis excogitari gracilitatis remedium iubēt: cum tamen nullū sit quod huic possit æquari. prodesse tamen possunt etiam hæc, si ante balneum manu nec adeo molli, nec rursus aspera corpus perfices quoad ruborem contrahat: deinde dura frictione non multa cutem cogens, densam eam durāq; efficias: ab his, si mediocri exercitatione usum, ac lotum, citra tamen longam in solio moram hominem abstergeas ad iam dictæ frictionis sicce formam: mox ungas oleo exiguo, ac cibum offeras. Quippe studium in his est, ubi bonum sanguinē in corporis molem attraxeris, ut tum nutriti uim firmes: tum ne quod attractum est exhalet, prospicias. Ac firmatur quidem nutriendi uis excitato in

carnibus calore. Non exhalabit autem qui attractus in has sanguis est, si oleo unxeris: utpote quod emplastici medicamenti uim habet. Quod si ætas non reclamet, etiam si frigida lauatiōe unā cum prædictis utetur, magno fruatur commodo. Contra uero in ijs qui immodice sunt obesi, minuenda digestio est; augēda uero corporis exhalatio. Porro minuetur digestio assidua uentris deiectione: nempe assuescentibus nobis nutrimenti instrumenta, quæcunq; continent, ea statim pessum impellere. Corporis autē exhalatio inaugebitur celeri exercitatione, cuius generis cursus est: præterea unguentis ijs quæ euaporandi uim habēt, fricando quā plurimum. Sanē frictionem mollem esse conueniet, ac quæ laxum corpus efficiat. Ipse nanq; præpinguem quendam paruo tempore ad mediocritatem carnis reduxit: celerī primum cursu uti cogēs: dein sudorem linteo uel molli admodum uel admodum aspero detergens: ab ijs unguentis euaporantibus, quæ hodie acopa medici iuniores uocare solēt, largissime perfricui: ac post eiusmodi frictionem ad balneum perduxī: à quo non protinus cibum dedi, sed quiescere interim iussim, aut etiam consuetum aliquod munus obire, rursus ad balneum secundo egi: postea ciborū multitudinem qui parum nutrent, apposui, eo consilio, ut saturarent illi quidem, ceterum exiguum nutrimenti in totum corpus summitterēt. Sed & alias quæ totum occupant corpus interperies simili ratione corrigere conueniet: primum eorum quæ agi oportebit, in uento scopo: mox materijs quæ ea præstare queant. Nam nunc compendio sermo omnis semel peragatur ad eos qui tum frictionum, tum exercitationum, tum balneorum rationes memoria tenent, itemq; ciborum, & medicamentorum. Ac de frictionibus exercitationibusq; in hoc opere supra est dictum: de cibis uero alibi, atq; etiam de medicamentis. Quippe doctrina quæ methodo, id est uia rationeq; traditur, cum communia generaliaq; complectitur, ad multa particularium tum facile recordabilis, tum uero compendiaria efficitur. Ego uero cum non tantum uniuersalia ponam, sed etiam particulariū exempla his apponam, absolutissimam me arbitror tradere doctrinam. Iam ad inæquales corporum status accingi tempestiuum uidetur. Ea porro etiam ualetudinaria omnino sūt. Sanē inæquales status trifariam fiunt, prout compositio corporis nostri triplex est. Vna ex primis elementis, ex quibus constant ea quæ Aristoteles *ἁπλοῦς* nōminat. Similes partes nominat. Secunda ex his ipsis similibus: quæ ipsa quoq; rursus sensibilia dissimilium partium elementa sunt: ex quibus instrumentalium compositio consistit. Tertia ab his totius corporis compositio ex ipsis instrumentis est: ac facillima quidem tum ad discernendum, tum uero ad curandum tertia est. difficilior secunda. maxime lubrica prima est. Commodius ergo à tertia incipitur, quæ faciliorem se & ad cognoscendū præbet, & ad custodiā, ut statim in capite (neq;

enim alienum est ab eo cœpisse) quod intemperatæ naturæ sit, adeo ut multa excrementa gignat, unde lædi subiecta membra contingat, in quodcūq; excrementa procubuerint. Ac promptissime quidem in os & nares impetum excrementa faciunt. decidunt uero & in oculos, nōnullis etiam in aures. Sed excrementi os decursum tum gula excipit, tum aspera arteria: appellant hanc Græci *βρόγχον*. cuius summa pars quæ ori coniungitur, (*λάρυγξ* autem Græce dicitur) instrumentum est uocis: ut in libro de uoce est indicatum. Ergo is larynx ab ijs quæ capite decidunt madefactus, principio quidem raucam uocem facit, procedente uero tempore paruam. Si uero longius etiam procedit malum, totam adimit. Quippe cum larynge arteria quoq; ipsa unā humectatur. Quod si acris fluxio sit: non solum ad uocem ineptæ prædictæ partes fiunt, sed etiam grauissima quædam erosio his accedit: quæ talis est naturæ, qualis sunt quas subinde in cute citra externam causam læsa factas uidemus. Ita uero & pulmo his exulcerat, & morbus tabes dicitur, Græce *φθίς*. At si in gulam & uentrem fluxio feratur: quæ quidem frigida est, in frigidam intemperiem corpora mutat. quæ calida, in calidam, hæc uero etiam exulcerat spatio. Inter initia uero appetentiam & concoctionem labefactat. At frigida quidem fluxio tarditatem concoctionis, & cruditatem, & acidus ructus creat, quod si etiam corrupta sit, alimentum quoq; in corruptelam uertit, quæ uel fumidos, uel acidos, uel aliter cuiusquam dicibilis indicibilisue qualitatibus ructus emittat. Si uero inferius se noxa recipiat: & ieiunum, & crassius intestinum, quod colon uocant, affligit. Quinetiam uasa quæ sunt in mesenterio, & per quæ fit in iecur cibi digestio, tangit. Ac nonnullos quidem desiderium appetitus excipit, alios appetentiæ à natura aliene, quas caninas appellant, aut etiam uitiosi cibi cupiditas, qualis grauidis quas *κυσίτις* Græce uocant, accidit. Sanē non latet uuam quoque, et paristhmia, & parulides, & antiades, & dentium erosiones, & ulcera & putredines in ore, sanie hanc quæ à capite in ipsa decedit, consequi. Ac pleraque medicorum pars aut columnellam incidunt, aut medicamenta quibus expui faciant quod in pulmone per asperam arteriam defluxit, exhibent. Alij uentri prospiciunt. Alij dentibus & ori, aut etiam ijs quæ in naribus consistere, prouident: ut de oculis auribusq; taceam, qui ipsi quoque in non paucis læduntur: cum fatius (arbitror) esset ipsum malum ceu fontem tollere, caput ipsum firmando: aut si hoc præ magnitudine naturalis intemperantia non liceret, saltem illi prospicere: ab ipsa scilicet uitij specie, prouidentia significatione semper accepta. Nec committere ut, quod nōnulli medicorum faciunt, qui omni capiti medicamentum quod ex thapsia & sinapi cōponitur, applicant, id ipsi quoque facerent: quando si ex calida intemperie caput male habet, talia medicamenta noceant. Expedit igitur hos frequenti balneo potabilis aquæ

fouere: quo & calidos vapores qui in capite sunt, euocemus, & totum capitis temperamentum melius reddamus. Calidarum autem quæ sponte nascuntur, noxius his usus est. siquidem quæ ex his sulfurosa, bituminosa uero sunt, eæ propterea quod calfaciunt, inimicissimæ calido naturaliter capiti sunt. aluminosa uero, quoniam angustos habitus meatus claudunt. Solis autem ipsi sponte natis citra noxam utantur, si tamen ipsis utendum, quæ utique dulces sunt. sic enim tuto dixeris. nam quod utile etiam aliquid ex ipsis proueniat, id uero non perinde tuto dixeris: quando nec calida fortasse forent si omnis calfacientis medicamentosa uirtutis essent expertes. Satiùs autem sit eiusmodi aquas experientia discernere: quando etiam raræ inuentu sunt: apud nos stadijs ab urbe paulo plus centum: in Prusa minus decem. Ergo quæ apud nos est in Allianis, (ita enim locum appellant) unius tota rationis est, atque ex uno fonte manans. quæ uero in Prusa est, [diuersa.] Item diuersus medicamentosa aqua fons, æque ui apud nos, in Licetis. Quibus uero caput uehementer calidum æstuas: quæ est, ipsi præstat æstatis tempore rosaceo perungit: quod ex rosis tantum ac sine frondibus sit confectum. Atque in hoc ipso genere illud præstantius est, quod ex crudo oleo (quod omphacinum & omotribes Græce uocant) iniectis rosis componitur. Quod longe etiam melius est si salis omnino sit expertus. Sunt capita quæ propter articularum temperamentum in uertigines (quæ Græce scotomata uocant) & capitis dolores incidunt: in quibus etiam artérias incidere solemus. Sed hoc genus propositæ artis limites egreditur. Quæ tamen ex nimis acuto neruorum sensu assidue dolent, qui à capite orti plurima sui parte, os uentris texunt, pars etiam ad reliquum uentrem descendit: his sanè meri propositæ iam artis officium est. potius tamen consilium est, id agere quo minus hæc uulgo modo incidant, cauendo ne aut biliosus humor in uentrem prorsus confluat, aut quam celerrime inde expellatur. Atque ut ne probris quidē confluat, consuleris, si citius cibum exhibeas. Vbi enim totius corporis biliosus temperamentum est, uenter imbecillus: utique cibo qui uentrem roboraret (eusto machum Græce uocant) firmari postulat. Vbi enim ita non prospicitur, defluunt in eum quas corpus aceruat, superuacua sanies, quos Græci ichores uocant. Ex quarum uapore non solum capitis dolores nonnullis oboriuntur, sed etiam suffusorum, quos hypochoemenos uocant, symptomata. aliis quibus uero & comitialis conuulsio. Horum itaque omnium uniuersa uictus ratio ad frigidius potius humidiusque mutanda est. Quod autem in uentre confluit, id uomitione ac uentris solutione expellendum est. Stomachus uero cibus quidem quotidie prius quam bilem contrahat, firmendus. purgetur uero medicamentis ex maiore interuallo, absinthij coma, & compositione ex aloë, quam pteran uocant, quippe hæc quod altius in tunicas biliosus uentris se recepit, expurgat: absinthio parum

id prestare ualente. Est enim absinthio uis tantum detergendi, adstringendi: ac talis quæ (ut sic dicam) sordes tunicarum uentris detergeat, non si quid altius in eo imbibitum est, foras extrahat atque expellat, sicut aloë. Quæ autem post hanc uentri extrinsecus admoventur unctiones, eæ modice adstringentes sunt: ut melinum, mastichinum, & nardinum, & alia id genus. Ac æstate quidem potius melinum, hyeme nardinum, uere mastichinum. Nam id medium est inter melinum & unguentum nardinum, hoc enim calfacit, potissimum cum aromatum liberalius immistum habet, illud refrigerat. Est autem opulenti mulieribus & quod præstantius nardino unguentum sit: nempe foliatum: præterea quæ spicata uocant: quæ uentrem & roborare possunt, & calfacere. Si uero non modo caput calidam saniem uentris partibus transmittit, sed etiam uenter ipse calidam intemperiem habeat, utique qui frigefaciant tum cibo tum potione semper uti conueniet: atque eam qualitatem in his pro temporum anni ratione intendere uarie, ac remittere: nusquam tamen ad contrariam peruenire, id quod in ipsis qui medijs temperamenti erant, fecimus, hyeme calfacientes, æstate refrigerantes. Ad eundem modum si utraq; pars frigida intemperie sit affecta, semper calfacientibus tum cibus, tum potione, tum unctione utendum est: uarie tamen ea pro temporum ratione intendenda remittendaque sunt. Porro difficilis connexio est quoties uel in calidum uentrem frigida & pituitosa sanies defluit, uel in frigidum calida. Atque harum duarum alteram semper expertus sum magis ad curandum rehellem, nempe in qua frigidi pituitosique succi in calidum decidunt uentrem. Pessimus uero is status est, cum homo ea compositione naturæ est, ut nec uentrem facile solubilem habeat, nec uomere ex facili possit. Corruptur enim pituitosi humores, si diu sint in uentre morati: adeo ut & ipsum erodant, & simul uitiosos interim halitus ad caput summittant. Nam si pituitosus succus à capite in frigidum natura uentrem decurrat, facile his succurritur, si mane aliquid simplicis medicamenti sumpserint quod dia trion pipereon dicitur. Sed & piper solum ad exactum contritum leuorem aqua mistum bibere his licet. Ad quem usum melius stomacho: aptius album piper est. Porro absinthij potio his est aduersissima, ut quæ pituitosum succum ipsorum uentri affigat, cum detergendi uim non habeat, quæ adeo sit æstimanda. Sed nec aloë ualde his conducit: cum ei biliosi trahendi humoris facultas sit: eoque excogitata salubriter est compositio quam pteran uocant: quæ acrimonia calore eorum quæ in se habet, crassos & lentos succos diffecat ac deterget: cuius generis cinnamomum est. Verum assidue uti hoc medicamentum non licet, sicut dia trion pipereon, aut dia calamintus: quibus etiam si quotidie utatur quem frigidus uenter infestat, nihil incommodi ex his sentiet. In totum ergo ad aloes drachmas centum, reliquorum cuiusque coniunguntur drachmæ sex, quæ ipsa quoque sex sunt

sex sunt. Atque hæc est picra quam Romæ omnes præparant. Ego uero etiam alias duas compono: atque in altera, eorum quæ calfaciunt, plus: in altera minus conijcio. At plus quidē reliquorum immiscebimus, si de aloes solius pondere detrahemus, sic uti illius drachmas octoginta, reliquorum cuiusque addamus sex. Minus uero, cum aloes modū augebimus, uiginti drachmis adiectis: sic ut centum uiginti eius drachmis cæterorum cuiusque adijciamus sex. Minime uero latet & quod in penuria cinnamomi ponendum pro eo sit optimæ casia duplum: quam alias ea esse uirtute nonnulli putant, ut nihil ab inualido cinnamomo ablit. Nam ægrius etiam talis casia longe superatur. Verū sicut in boni panis inopia, uel utilissimo uescimur: sic in cinnamomi penuria, exquisitissima utemur casia. Ac in quibus quidem ueter aut frigidus est, aut etiam temperatus, cæterum ad frigus propensior: ijs aptum medicamentum est quod diospoliticon uocant. Quod ipsum quoque dupliciter confici assuevit. ijs qui aluo sunt adstricta, nitro quod Bernicarium uocant, cum cumino, ruta, & pipere, paripondere admixto. pro ijs qui soluta sunt, dimidio. Conuenit namque ab hoc medicamento & pituitam extenuari, & spiritum flatulentum expelli. Grauis autem nec facile tractabilis complexio est uentris, qui intemperanter calidus sit, cum frigido capite. Quæ enim in uentrem defluit pituita, diatrion pipereon ac dia calamithes eget, etiam cuius modo mentionem fecimus diospolitici. Os autē uentris ab ijs quæ calorem accendunt, offenditur. Ergo in ijs qui ita sunt affecti, id agendum, ut pituita diffices detergeasque ijs quæ haudquaquam calfaciunt: quod genus oxymeli esse nouimus. Iam lubrica atque ad curationem difficilis cōnexio est ubi tales partium affectus coerint, in quibus os uentris (quem stomachum uocant) imbecillum est ac nauseosum, uenter autem ipse retinetur. Quippe quæ hunc lacesunt, stomachū omnia subuertunt, ita ut in summo eius cibi natent, & nauseam subinde excitent. His necessario incidit ut cibum parum belle concoquant. Quod si contra illis ea quæ stomachum firmant, exhibueris: etiam in tertium quartumque diem ipsis uenter sistitur. Huiuscemodi igitur hominibus unicam uictus rationem conuenire animaduertit: nempe ut primo loco olera cum oleo & garo, aliaque quæ uentrem mollire solent, sumerent: post iustum autem cibi modum, aliquid eorum quæ stomachum roborant, acciperent. Ea sunt mala & pira & punica. Quippe aliqua sunt horum generum quæ citra acorem adstringant. Ipse autem qui affligitur, omnibus seorsum usu exploratis, quod minime noxiū succundissimumque inuenerit, eo utitor. Non multū autem de horum singulis est sumendum: sed quantum (ut dixi) imbecillitatem stomachi reficiet. nam eiusmodi horum usum uentrem soluere, experientia comperi. Atque in totum magis qui ita sunt affecti desident, si quid adstringens post cibum sumpserint, & si eo prorsus caruerint: propterea quod os uentris iam robo-

Galen.

ratum, & trudit deorsum quæ in summo natant, & cum his unā quæ in toto superiore sunt uentre: tū uero ipsū ciborū momentū intestina quoque excep- tū seruant, ipsa quoque impellētia quæ à superiorib. acceperunt. Videtur enim ipsa tum impellendi, tum expellendi uis, etiā si à sede ipsa aliquid sursum impulerit, ipsum motum longissime tueri: quamuis præter naturam sit eiusmodi in animalis corpore transitus. Ceterum ita se habere ut dicimus, cuius intelligere licet, si quod sæpe nobis accidit, ad memoriā reuocet. Nam mordax interim humor in locum aliquem sedi uicinum receptus, ad expulsio- nem sui nos irritat: quem tamen cohibere propter ciuilia negocia coacti, nec ab his expediri eum expellimus, & facta conuersione eius, caput inde dolere sæpenumero sentimus. Optima igitur ratione tametsi lubricantes cibi stomachum innatant, au- ftera sumpta ubi superioribus uentris partibus ro- bur addiderint, principium deorsū ferendi ijs quæ in eo continentur, suppeditant. Id ferendi princi- pium intestinum excipere, tum ad imum usque exi- tum seruare solent. Atque cum satis de his hæcenus sit dictū, ad aliam inæqualem cōpositionem transi- re par est. quæ nulli dictarū in malitia cedit: utique in qua renes calculū gignunt, aut tophos, quos gre- ce πύλιν, aut quomodoctūque aliter uocāt. totus ue- ro corporis habitus gracilis est. hi namque medica- menta uictumque quæ extenuare possint, requirunt. At ea gracili corpori sunt inimicissima: adeo ut quidam qui propter renum uitium usus his fuerat, ubi digitos deterius moueri sentireque sensit, & ut ipse locutus est, ueluti cauum quiddam sonantes: com- municauit rem medicis, primum in Campania, ubi ipse agebat. hi, tūquam eo affectu laboraret qui paralytin, id est resolutionem neruorum minaretur, medicamentis quæ ex euphorbio & limnethi (quam etiam ἰσολαγνὴ uel ἰσολαγνὸν Græci uo- cant) utebantur. Vt autem affectus ei in deterius cessit, & symptomata cum uehementi dolore ad su- periores partes semper ascenderent: mihi, qui id temporis in Campania forte eram, rem indicauit: opemque rogauit. Ego uero eum ex ijs medicamen- tis quæ memorauit, siccatum, in hunc affectū ue- nisse intellexi. Quærentique qua maxime uictus ra- tione siccitati suæ citra renum noxam mederi quis posset, ptisanæ cremorem excogitauit, & pisces tū saxatiles, tum qui in alto mari degunt, aliosque in quibus nihil esset glutinosum. Simili modo & ex uolatilibus quæcumque similem carnem habēt. Por- rō multæ ex montanis uocatis uolucris, tali sunt temperamento. Quas namque in urbibus conclusas caupones qui eas uendunt, humido ac copioso nutrimento impinguant: aduersissime his sunt. Op- tima uero ijs qui ita sunt affecti, caro est ut ex au-ibus, perdicum, proxima artagenarum, & sturno- rum, & merularum, & turdorum. Quod si monta- narum auium copia non est, de ijs quæ in agro ui- citant, & gregalibus columbis qui in turribus ni- dificant, sumere licebit. Itemque passerulos qui si- militè in turribus nidificant, pyrgitas Græci uo-

Tom. 2

p. 3

cane

cant. Sinto autem in æditis locis eiusmodi turres. A  
Itanacq; & gallinis & gallinaceis qui in corte a-  
luntur, uti licet. Lac uero sic affectis reliquorur.  
quidem animalium est prohibendum; unum uero  
aliniuim concedendum, propterea quod cæteris  
omnibus est tenuius. Ac ut uno uerbo dicam, me-  
diam esse conuenit inter extenuantem impingua-  
temq; uictus eorum rationem. Particularem uero  
quæ his cõueniat materiam, tum in ijs libris scrip-  
simus qui sunt de ciborũ uirtutibus editi, tum in eo  
in quo de euchymia & caco-chymia præcepimus.  
Adeo superuacuum est hoc loco pluribus mora-  
ri: cum id tantum dixisse sit satis, de toto horũ cor-  
pore nutriendo curam habendam per eam quam  
supra comprehendimus uictus rationem, ubi de eo  
sermonem feci qui quiduis potius sufferre uoluit, B  
quàm pice illini. At si obesus sit quem calculus in-  
festat, audacter huic tenuem uictum iniungito. E-  
adem & ijs qui articulorum uitij laborant, cõue-  
nire præcepta censebis. Quippe ipsi quoq; medi-  
camentis arthriticis podagricisq; eibitis, si carno-  
si, & crassi, & pingues sunt, nullum sentiunt incõ-  
modum. Sin graciles, non modo totum corpus,  
sed etiam pedes ipsos, interim uero & manus, si he-  
quoq; prius male habebant, in grauissimum statu  
siccando perducunt. Scire tamen licet podagrica  
hæc antidota multum à nephriticis distare, non in  
eo modo quod crassos glutinososq; succos attenu-  
ent, uerum etiam quod calfaciant & siccent. Nam  
calculosis quæ ualde calfaciant, dari nullo modo  
conuenit. Quoniam uero dictum abunde de tali-  
bus omnibus est in opere quod de mendendi ratio-  
ne conscripsimus, præterea in ijs libris quos de me-  
dicamentis edidimus: (qui ipsi duplices sunt. qui  
priores ordine sunt, de medicamentis simplicibus,  
qui posteriores, de compositis) profecto nec omni-  
no nihil, nec prolixius meminisse de his conueni-  
ebat: propterea quod eiusmodi corpora inter ea  
quæ exactam sanitatem habent, & quæ iam ægro-  
tant, medium statum obtinent, siquidem ea pars  
artis quæ instantem morbum declinat, (prophy-  
lactice Græce dicitur) affectis ad hunc modũ cor-  
poribus consulit. Nemini enim ex ijs qui corporis  
habitu inculpato habent; aut medicamenta bi-  
benda, aut tenuante uictu utendum cõsemus. Sed  
qui pro naturali imbecillitate aut corporis totius,  
aut partium quarundam, ex leui causa læduntur:  
hos ad prædictæ prospicientis partis uictum tra-  
ducendos censemus, atq; à suspecto simouendos:  
quem tamen nemini esse noxiu uidemus eorum  
qui naturali corporis bono sunt habitu, & modice  
laborare non grauantur. Verum qui ex leui causa  
afficiuntur, ita ut magnis morbis assidue uexentur,  
ueluti comitiali, uertigine, (quod scotoma Græce  
dicitur) capitis doloribus, item alijs in quibus ca-  
put subiectis partibus symptomatum occasio est,  
quarum sunt dentes, gingiua, columnella, uno uer-  
bo omnes quæ in ore & faucibus sunt partes, ad  
hæc aures, & oculi, & stomachus, & uenter, & spi-  
randi partes, nempe summa arteria quæ larynx di-

citur & aspera arteria, & pulmo, & thorax: his ui-  
ctus communis scopus est, caput ipsum ante om-  
nia & quàm accuratissime minus opportunum ad  
uitia reddere; mox etiam afflictis partibus prospici-  
cere; modo tamen ne ignoretur hoc ipsum quoq;  
alia determinatione egere, utiq; hac, Non omnes  
quæ læsæ sunt partes, esse roborandas. Optima ue-  
ro determinatio est quæ ex usu earum peti. quip-  
pe oculorum & aurium permagnus est usus. Iccir-  
co decidentibus in has à capite excrementis, deri-  
uatio per uicinas partes (parocheteulin Hippocra-  
tes uocat) molienda est, ac ad nasum potissimum  
trahenda quæ in has partes feruntur. Sin ad nasum  
non sequuntur, in os ipsum; utiq; per ea quæ pitui-  
tam eliciunt, (apophlegmatismata Græci uocant)  
sicuti ad nasum tum per ea quæ sternutamenta mo-  
uent, tum quæ eius obstructions aperiant. Ocu-  
lis uero ipsis robur adijcias, si sicco collyrio quod  
ex phrygio lapide componitur, utare, ac sic palpe-  
bris specillo inducas, ne oculi membranam intus  
contingas. ita nanque mulieres quotidie faciunt  
cum stibio oculis gratiam conciliant. Ad aurium  
uero robur, uel glaucium solum super cote tritum  
cũ aceto, mox tepidũ per specillum blande insu-  
sum, aut etiam per instrumentum illud quod pub-  
lice in usu est, & oricularium clysterem, Græce  
ὀτρίκτυρον uocant. ubi uero satis firmata sunt, ita  
ut nihil in has confluat; assidue instillandum opti-  
mi nardini unguenti aliquid, id olĩm duntaxat La-  
odiceæ in Asia præstantissimum fiebat; nunc uero  
& in alijs fit urbibus. Robur autem auribus uel  
magis afferet, ijsdemq; proficiet collyrium quod  
diaglaucium, propterea quod glaucium recipit,  
uocant. præterea diarhodon, & crocoides, & nar-  
dinum, & quod δι' ὀφθῶν Græce dicitur; præterea  
ex unguentis ea quæ Romæ opulētis mulieribus  
conficiuntur, quæ foliata & spicata uocant. Quod  
si larga fluxio & sanies assidue in aures à capite fe-  
ratur, & exulceratio iam facta sit; sanè exulcerati-  
oni Andronis medicamento & similibus medebe-  
ris. Inter autem id agendum, auertere materiam ad  
nasum & os debebis: quo facto iam comprensis  
uteris. Veluti autem ex ijs quæ à capite defluunt,  
identidem læduntur aliqua eorum quæ illi subie-  
cta sunt: sic ex iocinore, & renibus, uel liene, in a-  
lias partes quæ ipsis sunt imbecilliores, morbi in-  
cidunt. Siquidem demonstratum in ijs commen-  
tarijs est qui sunt de naturalibus facultatibus in-  
scripti, singulas partes trahendi facultatem habe-  
re proprii sibi ac conuenientis succi: quem alteran-  
tes ad similesque abutuntur ad nutrimentum.  
Rursus aliam facultatem habere qua quod super-  
uacuum est, expellere in uicinum desiderent. Ac  
siquidem ipsa quæ uicina particula est, corporis  
habitu firmum habeat: quod sibi obtrudatur, u-  
tique non admittit, facitque ut in ipsa solum quæ  
primum affecta particula est, dolor usque sub-  
sistat. Sin imbecillior sit quàm illa unde excre-  
mentum mittitur: admittit illa quidem: cæterum  
ipsa quoque ad imbecilliores quam ipsam à se rur-  
sus trans-

fus transmittit: atque hæc rursus ad aliam do-  
nec in eam procubabat, qua imbecillior nulla sit reli-  
qua. Atque ad hunc quidem modum, quorum nul-  
la uictus sui cura est, alius alia parte assidue uexa-  
tur. Qui nihil colligunt superuacui, ijs manent im-  
becillæ partes semper in tuto. Cuius rei euidentis-  
simum argumētum est, quod aliqui sex mensibus  
pluribus uel infirmis partibus laborant: cum si so-  
la imbecillitas ipsa id efficeret, perpetuo laboraret  
infirmi pars, ceu cui ægrotatiōis causa nunquam  
abesset. Nunc quoniam perpetuo non laborat, ma-  
nifestum est aliud quippiā interuenire quod eius  
affectus gignēdi sit occasio. Quod certe aliud nō  
est quàm quod uel quantitate uel qualitate redun-  
dat. Atque hoc ipsum quod redundat, aut per to-  
tum colligitur corpus, uocant que eum affectum  
Græce plethoran. aut in parte aliqua principe, sed  
quæ alioqui natura sit imbecillior. Id uero aut in  
ipsa manens, aut se in imbecilliore quampiam  
natura recipiens, noxam ingerit. Illud ergo ante o-  
mnia considerandū definiendumque est, propter ne  
semetipsum perpetuo labore membrum, an pro-  
pter aliud quod prius ipso sit affectum. Atque ex-  
trinsecus quidem nonnunquam imbecillæ parti  
noxam incidit ex eo quod refrigerata, aut contusa,  
aut uulnerata, aut lassata est. plurimum tamen ex  
uictus ratione, quæ redundantiā uitiosum uel suc-  
cum contrahit. Attendere itaque magnitudinē natu-  
ralis infirmitatis membri conueniet, hac prius di-  
scutione usum: ac tenuiorem quidem homini ui-  
ctum quàm prius exhibere: tum idoneam exerci-  
tationem iniungere: cauere uero nequid ab exter-  
nis causis noxæ incidat. Postea si ab his nec ipse  
gracilis fiat, nec imbecilla eius pars affligatur: in-  
stendum eidem uictus rationi est. Sin autem aut  
omnibus membris fiat gracilis, aut male affici-  
tur quod uitioso est habitus: mutare talem uictus  
rationem debetis: utique si affligitur, duorum alte-  
rum faciens, aut uictum hominis in tenuiorē mu-  
tans, aut certo anni tempore purgatione utēs. Ac  
alijs quidē una quotānis purgatiō uere incipiēte  
satisfacit, alijs altera quoque post hanc autumno est  
opus. Ac si sanguinis quidem abundantiam cor-  
pus accumulauit, mittendus is est. Sin uitiosum  
succum, uacuandus hic medicamentis est quod su-  
perantem humorem purget. Quod si ex tenui ui-  
ctu pars afflicta leuatur, sed corpus emaciatur: pi-  
catione utendum, sicut antea est comprehensum,  
ad extenuatū habitus refectionem. Sanè pessimus  
corporis status est & ille. Sunt enim qui genitale  
semen copiosum calidumque gignunt, quod eos ad  
expulsionem sui proritat: postquam & uentris os  
illis resolutum, quod stomachus nō à medicis mo-  
do, sed etiam ab alijs hominibus uocatur, ita ut à  
ueteribus Græce *καρδία*) & ipsi toto corpore nō  
solum relaxantur, imbecillique fiunt, sed etiam sicci,  
graciles, pallidi, cauisque oculis cernuntur. Quod  
si propterea quod ex concubitu sic uexantur, ab  
hoc se retrahant: nō modo capitis molestiam, sed  
etiam stomachi offensionē fastidiisque sentiunt: sed

A nec ex continentia magnopere iuuant. Accidunt  
enim ipsis per nocturnas imagines nō minora in-  
commoda ijs quæ à concubitu senserunt. Horū cum  
quidam mordax præcalidumque semen inter emit-  
tendum sentire non solum se, sed etiam mulieres  
cum quibus rem haberet, referret: suasi homini ab-  
stinere à cibis qui semen genitale augerent: sume-  
ret autem non cibos modo uerum etiam medica-  
menta quæ id extinguerent, (quorū tradita nobis  
materia est in ijs libris quos de alimentis, itemque  
quos de simplicibus medicamentis descripsimus)  
tum uero exercitationibus uteretur quæ supernas  
partes potius excernerent, cuiusmodi est quæ par-  
ua pila & quæ folle fit, & quæ per alteres: à balneo  
uero lumbos totos ungeret unctione quapiam fri-  
gida. Talia sunt & crudū & acerbum oleū, quod  
*ωμορπίδες* & omphacinum uocant, & rosaceum,  
& melinum, utique quod ex eiusmodi fit oleo. Ipse  
uero crassioris substantiæ unctiones nōnullis com-  
pono, ne facile à corpore defluant. Est autē compo-  
sitiō earum ex cera & aliquo eorū quæ refrigeret.  
Primum autem ubi ceratum quod à medicis Græ-  
ce *κηκελάιον* dicitur, feceris, dein in mortario ma-  
nibus affatim subegeris, infundes refrigerantem  
succum, quem etiam quàm maxime cum cera sic  
permiscebis, ut unitas fiat. Succorum uero id  
genus descriptam materiam habes in simplicium  
medicamentorum libris. Quorum obuij maxime  
facillimeque parabiles sunt et semper uiui, & solani,  
& umbilici ueneris, & psyllij, & polygoni, & tribu-  
li, & portulacæ. hæc uero succum nō remittit, nisi  
dum in mortario tunditur, adfusus sit humoris  
quippiā qui tenuis aquosusque, non lentæ & crassæ  
substantiæ sit, qualis uuæ immaturæ est, & rosarū.  
Verum hi æstate, reliquorū non pauci etiam alijs  
temporibus habent, ueluti lactucæ: qui ipse quoque  
ex refrigerantibus est. Quin etiam lini semen si in a-  
qua coquas, refrigerantem cremorē efficit. Porro  
gymnastarum quempiam uidimus ex ijs qui athle-  
tis præfuerat, qui athlete quiusdam renibus plum-  
bi laminā superposuit, quod nocturnis imaginibus  
careret. Idque cum è plebe cuidam qui sic esset affe-  
ctus, indicare: adiutus gratias egit. Alter uero cui  
carnis natura imbecillior erat, nō tulit plumbi du-  
ritiam. huic ergo suasi earum quas supra dixi her-  
barum aliquas subternere, ac cū ipsis molles a-  
merinæ frondes, & rutæ. sensit que illico ex his  
fructum. itaque usus deinceps assidue est. Quin  
ubi amerinæ semine assidue uesci suasi, etiam ob id  
gratias egit, sicuti etiam pro ruta. Ac talium qui-  
dem materia tum in opere de simplicibus medica-  
mentis, tum in libris De ciborum uiribus tradita  
est. Nunc illud uisum est sermoni necessario adij-  
ciendum, cauendas esse unctiones frigidas quæ  
cunque ex papauere mandragoræ uel fiunt. Neque  
enim horum quippiā ad mouendum: neque etiā cum  
in summo uirum sunt, herbæ ipsæ subternendæ,  
nam sicuti prædictis, ita his quoque substratis uti li-  
cet. Quin rosas experiri cuidam suasi: sensitque ex  
his substratis leuamē citra ullam renum noxam.

Sed & aliud excogitavi ijs qui ita sunt affecti non A  
 insalubre, ueluti ex ipso usu comperi. Quippe ex-  
 perientia normæ uice semper habenda est eorum  
 quæ excogitauerit; nec scribendum pro utili quic-  
 quid est, quod non sis expertus: nisi tamē hoc ipsum  
 testeris, non esse tibi adhuc expertum. Quid ergo  
 est quod à me excogitatum magnæ esse utilitatis  
 sum præfatus? Nempe seruare oportere qui hoc  
 corporis uitio urgentur, quando maxime genita-  
 lis seminis abundantiam quod excerni postulet,  
 collegerint: ac die quopiam postquam boni succi  
 cibis in cœna se modice impleuerint, ad somnum  
 conuersos, cōcumbere, postero die cum satis dor-  
 mierint, ac surrexerint, linteo fricari quoad rubor  
 per cutim appareat. mox aliqua ex oleo frictione  
 modice uti: tum exiguo interposito tempore, pa- B  
 nis aliquid bene fermentati, & furno cocti, ac puri,  
 ex uino misto gustare: atq; ita ad opus consue-  
 tum redire. Medio tamen tempore frictionis ex o-  
 leo, & panis gustandi, si quis locus in uicino sit, in  
 eo ambulare, excepto si hybernum frigus sit.  
 Tum enim intus manere satius duco. Non dissimi-  
 lem roborandi per cibum stomachi rationem &  
 grammatico cuiusdam quem comitalis spasmus assi-  
 due urgebat, suasi: ac mirifice cōtulit. Maxime ue-  
 ro in fidutiā ueni hominis iuuandi, ubi didici tum  
 spasmos incidere cum diutius à cibo abstinuisset:  
 magisq; si dolor interim iræue interuenisset. Quin  
 etiam habitum corporis eius contuebar: sciscitan-  
 tiq; de hac ipsa re, stomachū assidue bili urgeri est  
 falsus. Omnibus uero qui hæc legent, cōmuniter C  
 illud suatum uelim, præsertim qui tametsi medici-  
 næ artis sunt ignari, cogitationem tamen habent  
 exercitatam, ne ueluti uulgus, ita ipsi quoq; peco-  
 rum ritu uicius ratione utantur: quin potius usu  
 explorent quinam ipsiis cibis potiusue sit noxi-  
 us, quæ præterea quantaq; dimotio. pari modo & de  
 uenere obseruent num noxia sibi innoxiaue sit:  
 tum ex quanto intervallo utentibus noxia inno-  
 xiaue sit. Nam sicut retuli, nonnulli immodice læ-  
 duntur. Alij citra noxam usu eius ad senium usq;  
 sufficiunt. Verum hæcambo genera rara: nempe  
 eorum qui magnopere læduntur, & qui nullum  
 sentiunt incommodum. Totum uero quod in me-  
 dio est, id cū maioris minorisq; discrimine ad ma-  
 gnum hominum numerum se extendit. quorum D  
 qui non rudes sunt, sed ratione probe exercitata,  
 (non enim quorumlibet est hæc nosse) ijs sua deo  
 obseruent ex quibus lædi se iuuari ue sentiat. ita e-

nim fiet uti in paucissimis medicorum opera indi-  
 geant quoad in sanitate sunt. Hactenus prodide-  
 ram, cum amicorū quispiam toto opere perlecto,  
 unum omnino restare licebat, quod superius à me  
 relictum, post erat dicendum, nempe medicamen-  
 tum quod ex malorum succo cōficitur: quod tum  
 ad appetentiam excitandam ijs quibus ea languet  
 est utile: tum ad concoctionem ijs qui parum feli-  
 citer cibos cōcoquant: & in summa uentri robur  
 cōciliat. Laudato igitur homine: quod admonuit,  
 apposui, & compositionē ipsius, quæ ad hunc mo-  
 dum se habet: Accipies succi malorum cotoneo-  
 rum quæ dulciora maioraq; sunt, ac minus acer-  
 ba, quæq; nostrates in Asia Græce struthia uocāt,  
 sextarios Romanos duos: quibus mellis optimi  
 tantundem miscebis, aceti sextarium unum & se-  
 missem, hæc cum super prunas modice coxeris,  
 & spumā detraxeris, immittes gingiberis uncias  
 tres, piperis albi duas. dein rursus in simili igni re-  
 coques, donec mellis crassitudo existat, qua utiq;  
 crassitudine stomachica medicamenta præparari  
 solent. Hoc uero medicamentum etiam ijs quibus  
 inualidum iecur est, salutare in primis est. Illud ue-  
 ro latere non debet, se iunius id maxime dandum  
 esse, medio crisi mystri modo: quanquam nec si à ci-  
 bo sit sumptum, quicquam lædit. Commode quo-  
 que dabitur etiam si prius pransus quispiam ante  
 coenam id sumperit. Maxime tamen tempestiue  
 id duabus horis aut tribus ante cibum obtuleris.  
 Quod si id adstringere magis uoles, etiam ex co-  
 toneorum succo conficias. Caterum si cui uenter  
 intemperie caloris laborat, aut etiam bili quouis  
 modo abūdat, huic afferri & piper & gingiber de-  
 bebent, ac succus malorum cum aceto & melletan-  
 tum ad præscriptam crassitudinem coctus dari.  
 Qui uero medio temperamento uentres habent,  
 ita ut nec biliosum excrementum, nec pituitosum  
 congerant: ijs piperis & gingiberis dimidium e-  
 ius qui predictus est modi, sat erit: ita nimium, ut  
 sit piperis uncia una, gingiberis una & semis. At  
 quibus frigiditas temperiē uitiat: ijs quatuor gin-  
 giberis, piperis tres aut duas et semis uncias iniij-  
 ces. licebit & cum ad medium modum præparaue-  
 ris, in ipso usu piper addere. Atque ad hunc mo-  
 dum ijs quibus in diuersis mēbris pugnantia tem-  
 peramenta sunt, consulendum censemus. Qui-  
 bus uero in una qualibet similari instrumentali ue-  
 parte imparitas temperamenti uisitur, de his alio  
 opere agetur.

Claud.



# CL. GALENI ARS TVEN- DAE SANITATIS NVM AD MEDIC-

NALEM ARTEM SPECTET AN ADEXER/  
CITATORIAM LIBER AD THRA/  
SYBVLVM,

IVNIO PAVLO CRASSO PATAVINO INTERPRETE.

353

NON alia ò Thrasylbule de  
proposita à te quaestione  
ex tempore disserui, alia  
uero in praesentia hisce  
commentarijs traditurus  
sum: id em̄ prorsus haud  
ignoras, me semper eadē  
de eisdem asserere, neque  
quicquam tractadum su

N

scipere, cuius neque methodum didicerim, neque  
in ea me aliquandiu exercuerim. Inventionis igitur  
initium non in hac sola nunc proposita cōtem-  
platione, sed etiam in alijs omnibus fuerit, ante co-  
gnoscere, quidnam est id, quod quaeritur: huiusmo-  
di uero notitia gemina est. aut enim solam rei no-  
tionem, aut essentiam quoque percipimus: sed quo  
hæc discrimine separentur, ampliter in libro de de-  
monstratione proditum est, ubi & alias omnes me-  
thodos explicauimus: quin & iam in praesentia ex  
ipso usu patefceret. Hoc enim in dubium reuocato,  
utrum medicæ artis, an exercitatrix pars, ea facul-  
tas sit, quæ salubris uocata est, teque meam eccirco  
hac de re sententiam efflagitante, cum plerumque ad  
medicos gymnastasque de hoc ambigentes te acces-  
sisse diceret, te mihi prius respondere dignum cen-  
sui, quam cuiusque istorum nominum medicinæ ui-  
delicet, exercitatoriae, & salubris notionem habe-  
as, ne forte de alijs rebus tu narrationem cupias,  
ego de alijs tibi sermonem faciam, atque ita ad no-  
men tantum, non ad rem ipsam nostra digerat ora-  
tio. tu quidem ad hoc subtrixisti, me existimans de  
omnibus omnia dicere debere: sed non ita rei ueri-  
tas habet. multa enim sic non unum proposuisses:  
primum quid est medicina, secundo, quid exercita-  
toria, tertio, post hæc, quid salutaris facultas, aut  
& id ipsum, quod potissimum quaeritur, ad utram  
praedictarum artium ista pertineat. at qui istud ipsum  
quartum non ita simpliciter debere proponi asser-  
mabam, ad utramque artium reduci deberet,  
sed ita statim addendo, an propria, an domestica,  
an pars esset, aut quomodo cunctis aliter quispiam  
dicere uelit: futurum enim & inde aliquid inueni-  
endi quaestiti principium. namque si ita perfecte pro-  
ponatur, ac per Iouem interrogetur: nunquid ad  
medicinam an ad gymnasticam pertinet salubris: cum  
trium quoque illorum nominum significatum ex-  
posuerimus, medicinæ uidelicet, gymnasticæ, &  
salubris: post hæc etiam quartum explicare oport-  
tebit, domesticum quid significet, & quæ sit eius  
dignoscendi ratio: sed hoc proprium quidem ipsius

354

propositi est: at medicina quid sit declarare, quid  
gymnastica, quid salubris, non est ipsius propositi  
propriū. in his tamen conuenire necesse est: quare  
cum unum id, quod & tu proposueras, explicare tunc  
uelles, cumque te in respondendo trepidantē hesitan-  
temque uiderem, uirum quendam inter philosophos  
in rationali speculatione uersatos non ignobilem  
sermonibus nostris fortuito occurrentem respon-  
dere uolui, quod ille cum propterea fecisset, & ad om-  
nia probe respondisset, facile (ut nosti) proposita  
quaestio enucleata fuit. Atque tunc confestim ex ser-  
monum illorum artificio, & quod expectatione  
celerius quaesitum inuentum sit, magnam te uolu-  
ptatem percepisse cognoui: & postea tu me sem-  
per magnopere precatus tandem non admodum  
promptum ad hos sermones scribendos impulisti  
atque coegisti: neque enim unum id propositum tan-  
tummodo exquisitè discussum literis commendand-  
um esse putabam, reliqua uero omnia perinde exa-  
minare tempus non supererat. Quam ob rem quod  
ipse in me ipso facere consuevit, id satis erga uos a-  
micos fore putavi: si uiam ostenderē: quā quis in-  
grediens non id solum, sed etiā reliqua omnia pro-  
posita explicare ualeat. Vocatā em̄ à philosophis  
rationalem cōtemplationē quicumque satis diligen-  
ter tractauerit, quodlibet iste quaesitum aequè di-  
scutere poterit: at sine illa propositorum commen-  
tarios euoluere, nihil aliud est quam operam atque  
oleum perdere, cum neque distinguere sciat, quæ  
uere in ipsis, quæ falso dicta sunt, neque omnia inibi  
scripta memoria complecti ualeat. ceterum quo-  
niam semel propositum, cuius paulo ante mentio-  
nem fecit oratio, declarare aggressus sum, iam inci-  
piendi tempus aduenit. Si quis à quopiā interroga-  
tus quid sit medicina, artem eam esse egrorum cu-  
ratrix, sanorumque conseruatricem respondeat,  
nonne per Iouem iste, quod controuersum est tan-  
quam manifestū accepisse uideatur, medicinæ par-  
tem, salubrem esse pronuncians: quemadmodum  
ē contrario si quis medicinam laborantium tantum  
curam habere cōfirmet, alio modo & iste id, quod  
in quaestione uersatur, pro concessio accipiet, à me  
dicina salubrem abstrahens: ita & exercitatori-  
am si quispiam sanitatis seruatricem statuatur, quæ-  
situm pro comperto habuerit: quæ admodum &  
qui boni habitus eam opificē tradat, diuerso mo-  
do & ille ambiguit pro certo asseueret. siue enim  
quis artis definitionem, siue descriptionem redde-  
re tentat, quod dubium est, neque confutare, ne-  
que asserere sine demonstratione ausit, sed aliunde

ex con-

ex concessis incipiens demonstrare conetur. nunc autem quid igitur ita medicinam definire melius fuerat, eam uidelicet esse, cuius finis est sanitas: gymnasticam uero, cuius finis est bonus habitus, atque huiusmodi descriptiones principia investigationis institueret: at sic etiam gymnasticæ salutem, tanquam nihil sit dubium, detrahemus, medicinæ uero adhuc obscurum & quaesitum attribuemus. nam si sanitas artis huius finis est, forsitan poterit eam in definitionem sermo asciscere, non præsentis custodiæ, sed creationem ad deptionemque absentis, eius finem esse constituens. hinc enim inductionibus utenti in utranque partem argumentandi facultas suggeritur: nam si eiusdem artis officium esse, quod prius non erat, efficere, incolumemque, quod factum sit, conferuare, ostendere uouerimus, ædificatoriam, naualem, fabrilem, atque ferrariam memoria repetemus: quod si ad aliam opus facere, ad aliam id integrum inuiolatumque seruare pertinere declaramus, textoriæ, futuriæque, in exemplis adducemus, & ad has coriorum dissectionem, neruorumque futuriæ (sic enim eam uocant, quæ fracta calciamentum restituit) adijciemus: siquidem alterius esse uideatur artificis ueltem facere, alterius eandem dilaceratam integrare: quemadmodum & calceum facere ad coriorum dissectionem spectat, fractum autem emendare ad neruorum futorem. uerum in libris meis de demonstratione probatum est ad demonstrationes scientiam gignentes inductiones adhiberi non oportere: quare quicumque in illis uersatus fuerit, huiusmodi uiam aspernabitur, & alteram meliorem uestigabit: qui uero in illis sese non exercuerit, alterutram, quam uoluerit, partem tuendam suscipiens totum diem altercandi materiam habebit. Medicæ namque artis sanitatis creationem non seruationem custodiæque, gymnasticæ uero bonum habitum finem esse statuendum, alia rursus difficultas non exigua ultra prædictas exoritur. cogitur enim puto aliquis quemadmodum sanitatis, ita & boni habitus, artem unam seruatricem, alteram opificem constituere: id si fuerit, duas alias artes necessario disquiremus, unam medicinæ sanitatis seruatricem, alteram gymnasticæ boni habitus custodem: cumque duplex sit bonus habitus, ut alibi ostensum est, utrius ipsorum gymnastica effectrix erit distinguere admodum difficile fuerit: nunquid naturalis, an artificialis boni habitus? nonne iam constat, duas alias nonne artes querendas esse: atque ita omnes sex numero fuerint, tres finium effectrices, tresque seruatrices. tribus enim finibus positis, sanitatem, bono habitu naturali, bono habitu athletico, ad hunc numerum artes ascendere necesse est. uerum enim uero cum diuersis artibus opus sit, eo quod boni habitus inter se & a sanitate differant: ita & gemina sanitas cum sit, una secundum habitum, altera secundum affectionem appellata, geminas & artes esse necesse fuerit: neque enim plus sanitatem secundum habitum, minus sanitatem secundum affectionem bonus habitus excellit. Huiusce rei notitiam perfectam habueris

istorum cuiusque diligenter naturam contemplatus, contemplaberis autem ad hunc sanæ modum. ægrotantium alicuius, eorum, quos sæpius uideris, tibi in mentem ueniat, qui grauius morbo laborauerit, proxime uero conualuerit: iste emaciatus cum sumptusque esto, et ad motiones imbecillus, ut alijs ipsum ferentibus egeat: iste medellam planè amplius morbo iam solutus non requirit, sed refectio ne ipsi uiribusque opus est, ut robustus pariter ad naturales actiones obeundas euadat, & externas iniurias illesus sustineat. nihil enim dubij est, quin ita affectus, ut modo afficitur, nunc primum ægritudine liberatus æstum, frigus, uigilias, crudelitatem, aliud ue quicquam ferre non ualeat, sed quantum uis leui noxa pulsatus, utpote nondum tutum firmumque salutem statum adeptus, in ægritudinem sit relapsurus. cum uero stabilior atque in habitu fuerit, nondum tamen in bonum habitum euasit (hanc enim particulam, bonus, accipiens, tunc bonus habitus efficietur) sed iam mēdosa affectio inutilis esse desijt. non posse enim satis pro uitæ commodis exerceri, ac facile quibusque iniurijs uiolari, mendosa inutilisque affectio est: quod si neque actiones impediuntur, neque sit iniurijs facile corpus obnoxium (talís uero est secundum habitum sanitas) non amplius mendosa est, atque ad humanas actiones inutilis, sed illud laudabile atque perfectum nondum adeptum: adeptum uero tunc fuerit, cum non solum haud debilitate operabitur, sed robur præterea quoddam insigne acceperit. sanitas namque secundum habitum inter sanitatem secundum affectionem & bonum habitum actionibus media est: nam sanitas in affectione debiles actiones producit, bonus habitus firmiores: sanitas autem in habitu nondum quidem firmas, non amplius autem debiles. atque ita manifestum est, cum medio sit in habitu sanitas, ipsam in totam uitam magis, quam sanitatem in affectione, licet summam uirtutem non habeat, conducere, solo enim bono habitu ea cōcessa est. atque tu secundum ordinem quandam ista cogita: primum actionis noxam, quod in morbo fit: alterum extra noxam quidem positum, sed propter imbecillitatem inutile, quod in sanitate secundum affectionem consistit: tertium imbecillitate liberatum, non tamen adhuc robustum, quod sanitas in habitu possidet: quartum ceu quædam actionum uirtus bonus habitus, & summus, ipsarumque perfectio ex qua sit bonus habitus est. Ars igitur ad salutem habitum hominem perducens altera utique ab ipsum conseruante fuerit, semel scilicet hoc concessio, diuersorum finium artes esse diuersas, & singulorum geminam, effectricem unam, alteram conseruatricem. ex quo patefactum est finis notione uniuersam præsentem questionem comprehendere. quo circa & quæcumque diffinitiones à fine constituuntur, non exiguas ambiguitates pariunt. Itaque melius forsitan fuerit ad ipsam artis essentiam transire illam inquisitionis principium facere: quid igitur est medicina? salubrium insalubriumque scientiam quis esse responderit. uerum & iste nimis audacter salubre

salubre, tanquam scilicet medicinæ partem accepisse uidebitur: unde contrariæ factionis nonnullos ægrotabiles tantummodo scientiâ medicinam esse dicturos existimo. at isti primū ignorant contrarium omnium unam esse scientiam, & quicumq; ægrotabilia nouerit, hunc & salubria non latere necesse esse. istud uero eorum captu maius omittitur, & secundum eorum, quæ ignorant, explicemus, quod uidelicet fortasse consequitur, intra medicinæ definitionē non necessario quæsitū includi: si quidem alicui æquiuationem distinguenti, postea medicinam corporum sanitate fruuentium, notarum indicantium, causarum facientium scientiâ esse demonstrare licet, non tamē ideo ipsam etiam conseruantia tradere atq; complecti, contra atq; propositū postulet. Quam ob rem huiusmodi sophistica adducentes, neq; quod queritur, exacte percipere uidentur, neq; quodnam salubre signum appellemus, quod scilicet ægrotantibus adueniens futuram sanitatem portendit, neque causam, quæ corpori ægro adhibita sanitatis est procreatrix, qualia sunt uniuersa remedia, neq; corpus sanitatis præditum salubre uocamus: quorum omnium nulla cum proposito præterquam nominis societate iuncturum medicus notitiam habet. etenim sanorum custodia, medicus ne, an gymnasta præsideat ab initio nobis proposita quæstio fuit, quemadmodū paulo ante declarauimus, huiusce quæstionis iudicium in finis exploratione uersari dicentes: sanitas enim an simpliciter medicinæ finis sit, ipsam absentem acquirētis, an præsentem conseruantis nihil refert, neq; si acquirere quidem medicinæ sit, conseruare autē gymnasticę. sic & de gymnastica proponi in quæstionem poterit, num bonus habitus aut sanitas eius finis sit, aut horum alterutrius creatio, siue custodia. Periculum enim fuerit, ut proxima demonstraui oratio, ne, si unam transeamus, septem circa humanū corpus artes constituamus: primā & manifestissimam & penē solam controuersia carentē, eam scilicet quæ morbos expellit: duas alias, unam à sanitate secundum affectionē ad eam, quæ est in habitu, ducētē: alteram in ea conseruantē: duas item alias circa bonum habitum pariter sese habentes, effectricē unam, alterā, quæ conseruat: præter has etiam duas circa bonum habitum athleticum uersantes. simpliciter enim alterū naturalem bonum habitum appellamus: nō simpliciter autem eum, qui nō naturalis est, athleticum inquam, sed cum adiectione semper. quemadmodum & Hippocrates inquit nonnunq; sic loquens, Affectus athleticus non naturalis, habitus salubris melior: interdū uero sic. In his, qui corpora exercent, habitus ad summum boni periculosi. At de athleticis gymnasticisq; uocatis corporibus nunc te intelligere oportet, non de illis, qui quomodolibet exercētur, ut de fodientibus, remū pellentibus, metentibus, aut quippiā aliud ex naturalibus hominū officiis præstantibus: sed de illis, quibus ad ipsum studium est, ut athleticis uiribus cōtra aduersarios exercen-

do sese muniāt. quare autē huiusmodi affectio naturalis non sit, alio loco exposuimus. ex hac igitur oratione quod optime ad præsens negociū facit, id ipsum est, quod proxime diximus, circa humanum corpus septē artes futuras, quodq; altera est exquisitè bonum habitū efficiēs, altera cōseruans. quod uero gymnastici boni habitus summam fugere uereriq; oporteat, ab Hippocrate clarissime testatū est: sed simpliciter boni habitus, qui secundum naturā est, summū nō solum uitare non conuenit, immo totis uiribus ad ipsum niti decet: itaq; omnes circa corpus nostrum artes nouē fuerint: quarum septem quis laudare poterit: reliquas duas potius uitiosas artes appellauerit: qualis & illa est, quæ cōmotica Græce dicitur: Latini cōptiuam uocant. Has igitur, si placet, dimittentes iterum septem reliquas enumeremus, omnium primam, quam morbos pellere dicebamus, alias uero deinceps, duas circa sanitatem in habitu, duas circa bonum habitū, duas circa summe bonū habitū. iam sanē patet, si quis circa corpus artē unum habentem finem statuatur, eum ad septem usq; artes accedere necesse esse, nihilq; aliud hunc finem esse, quā sanitatem. Sed melius forsitan fuerit exquisitiorem de artibus sermonem facere, illud in primis, quod nemo ignorat, memoria repetētem, improbas artes apparens bonum unicuiq; eorum quæ sunt, artes autem uerum bonum cōparare: ac deinceps dicentem: si uocata cōptiua adulterinam pulchritudinem conciliat, hæc utiq; ars uitiosa adulatrixq; fuerit, alteraq; circa legitimā ueramq; pulchritudinem uersabitur, quæ in uegeto colore, carnis moderata copia, membrorum congrua coagmentatione cōsistit, quæ naturalē bonum habitum consequunt. sed de gymnastico bono habitu alibi seorsum uerba feci: nunc autē fortasse de eodē per capita loqui melius fuerit, id sermoni principium statuētē. Siue enim secundū naturā operari unicuiq; membrorum idem, quod bene ualere, est: siue id necessario naturalem corporis apparatus consequitur, ipsumq; bene ualere nihil est aliud, q̃ secundum naturam instructum esse: istorum utrumuis sanitatem constituens, (nihil enim nostra interest) sequentem orationem ita animum aduertēs accipito, nunquid naturali cuiusq; membri apparatu, an eius opera indigemus. mihi profecto ita persuadeo, neminem membrū ignauum officioq; proprio carens habere uelle: neq; igitur cæcutientes oculos, neq; nares odorari neque uires, neq; crura torpentia, neq; aliud quodpiā membrorum, aut nihil penitus, aut deprauate agens habere cupiat: nullo enim eorum omnium, quibus egemus, imperfecto egemus, neq; domo, neq; calesco, neq; scamno, neq; ueste, sed simul egemus, & perfecto egemus. Itaq; infirme debilitēq; ambulare non petimus, neq; obtuse cernere, uel audire, neq; aliud quicq; deficiēs manūq; expetimus. quæ enim coloris bonitatē, carnis molem, aut absolute corporis pulchritudinem, robūq; imperfectas dī scupiat: quocirca si actionem non deprauatam, sed

sed perfectam eligimus, multo minus corporis A  
structuram, unde hæc profuit, mendoſam laban-  
temq; uotis expoſcimus; atq; ita cum horū alteru-  
trum ſanitas ſit, nullus proculdubio mutilā ſanita-  
tem, ſed q̄ fieri poteſt abſolutiſſimā firmiſſimāq;  
exoptauerit. Igitur ſi aliud quodpiā bonum habi-  
tum à perfectā ſanitate quis autumet, aliā ſanitati,  
aliā bono habitui artē præſcico; ſin unū atq; idē  
utruq; eſt, unā & utriq; artē præſidere neceſſe  
eſt; at quomodo unū idemq; bonus habitus atque  
abſoluta ſanitas fuerit? primū ſi apparatus huius-  
ſce cauſam, eundem & boni habitus eſſe credide-  
rimus, ſecundo ex ipſa eſſentia id percipiemus: bo-  
nus ſiquidem habitus nihil eſt aliud q̄ bene ſe ha-  
bēs habitus; habitus autē affectio ſtabilis eſt; quare  
cuius eſt habitus, eius eſt etiā bonus habitus, am-  
bo uero ad aliud ſunt; dicitur itaq; aliquis grāma-  
ticæ habitū habere, alius arithmeticæ, geometriæ  
alius, alius aſtronomiæ. & rei cuiuſq; cum affectio  
bene adhærens altiuſq; defixa fuerit, habitus no-  
minatur, nihil autē in præſentia referat affectionem  
aut habitudinē appellare. quāobrem ſi & eius  
eſt bonus habitus, cuius eſt habitus, alicuius autē  
habitueſt, alicuius ergo & bonus habitus erit, &  
eiuſdem, cuius habitus, at nobis in præſentia non  
de geometrico, muſico, aut grāmatico, ſed de ſalu-  
bri habitu ſermo proponitur. cum bonū igitur ha-  
bitum dicemus, non grāmaticum, muſicum, aut  
geometricū, ſed ſalubrem habitū dicemus. At qui  
ſtatim id ipſum nonnulli negligunt, & boni habi-  
tus ſanitatiſq; nomina idem ſignificare arbitrant;  
cum tamen ſanitatiſ nomē, affectionis cuiuſdā no-  
men ſit, boni uero habitus nomē non affectionem  
ſimpliciter, ſed quod in ea optimū permanēs q̄ eſt,  
manifeſtat; quandoquidē eius affectioſis, quam ſa-  
nitate dicimus, optimus habitus eſt bonus habi-  
tus. non igitur (idem em̄ iterum atq; iterū inculca-  
re neceſſe eſt, cum quīs multorū inueteratā igno-  
rantiam ſtupitus euellere cupiāt) nō inquam affe-  
ctionē, nō ſtructurā, nō actionē, boni habitus no-  
mē ſignificat, quēadmodū neq; ſimpliciter habi-  
tus; ſed habitus quidē ſolā ipſam permanentiā ſta-  
bilitatemq; affectionis oſtendit, bonus uero habi-  
tus nihil ei plus q̄ bonitatem adiicit; igitur ex hoc  
nomine habitus, & ex hac adiectione bonus com-  
ponitur, quam omnibus, quæ laudamus, appone-  
re coſueuimus, quæcunq; probe & in ſumma ſua  
integritate coſtituta ſunt. quid igitur appetimus,  
aut quid noſtro corpori inelle precamur? nūquid  
ſalubrem affectionē id ipſum ſolum? an id ipſum  
idem eſt, ac ſi quæras, num infirmas aedes ac pro-  
pediem ruituras expetimus? aut ultra uſum, cuius  
cauſa ſtructure ſunt, elegantiffime quocq; coſpitas,  
& q̄ longiſſimo tempore duraturas? nemo profe-  
cto reperiatur, qui nō integre, & nō longi tempo-  
ris ſpatio ſanitate frui percipiat. quin etiā nulla o-  
mnino ars eſt, quæ ſibi id, quod deterius eſt, ac  
breuis temporis, proponat, ſed quod in eadē ma-  
teria eſt ualde optimū, atq; longiſſimo tempo-  
ris curriculo permanſurū. id ſanē omnibus actiuis

artibus propoſitū eſt. neq; etiam finis planē aliud  
quidpiam, q̄ propoſiti conſecutio fuerit. atq; iam  
ex dictis apertū eſt, artis circa corpus uerſantis fi-  
nem eſſe unum; propoſitumq; unum; ſiue propoſi-  
tum hoc quiſpiā integritatē nominet, ſiue bonū  
habitum, ſiue ſanitatē, ſiue naturālē corporis ſtru-  
cturam, ſiue naturalem actionē, aut affectionem,  
aut ſtructurā, per quam integre atq; abſolute has  
naturales functiones obimus, nihil in præſentia di-  
ſtinguere opus eſt. Siquidem unū mihi oſtenden-  
dum proponitur, omnes uidelicet artes propoſitū  
finēq; appetere, finem uero uniuiſcuiuſq; rei unum  
eſſe, qui nihil aliud ſit q̄ ſecundum illam ſubſtan-  
tiā bonum. in uite igitur non aliud quidem finis  
eſt, aliud uero bonum, neq; aliud, præter id, quip-  
piam ars uitium cultum tradēs ſpeculatur. itidem  
& ars oleas excolere docens oleariū naturæ perfe-  
ctionem ſibi propoſitum ſtatuit. uerū enim uero  
una quædam res eſt humanū corpus: & quædam  
quoq; huiusce proculdubio perfectio eſt, quam &  
preſentem cuſtodire, & abſentē reuocare alicuius  
artis officiū eſt. huius autē ſi alterū quendam in-  
feriorem finem coſtituam, antedictus nos excipi-  
et ſermo; erit em̄ hæc boni habitus, illa ſumme bo-  
ni habitus, alia ſalubris habitus, & quarta inſuper  
ars ſalutaris habitudinis opifex, & præter has ath-  
letici boni habitus effectrix quinta: q̄ ſi alijs qui-  
dem artibus fines inducere, alijs autē eos conſerua-  
re permiferimus, non has modo uerū etiā alias to-  
tidem circa corpus artes ueſtigabimus, conſtitue-  
musq;. Ex quo efficitur, neq; multa corporis bo-  
na eſſe ponenda, neq; aliam eiudem opifcem, a-  
liam uero cuſtodem artē eſſe ſtatuendā; potenti  
ſanē omnia per capita contemplari non pluribus  
opus eſt; qui uero id facere nequeat, neque adhuc  
omnia, quibus ante male imbuta fuerat, ex me-  
moriam deleuerit, longiore, puto, oratione indi-  
get, illa ſanē coſutanda ſunt, q̄ non unum ſit cor-  
poris bonū, ſed omnia hæc, ſanitas, robur, & pul-  
chritudo, quodq; ars una id procreare poſſit, alte-  
ra conſeruare, & quæcunq; alia ab his oriētia non  
nulli perperam decreuerūt; atq; in primis unū eſſe  
corporis bonū primariē & proprie dictū, ad quod  
reliqua omnia referunt, explicare melius eſt. alia  
nanq; corporis bona uocata, nō nulla ut partes illi  
us dicuntur, alia ut cauſæ, alia uero ut fructus qui-  
dam. quemadmodum enim pulchritudinem iu-  
cundus color, congrua caro, membrorum cōmo-  
deratio, & alia quædam integrant, quidni & cor-  
poris bonum ex ſanitate, robore, & pulchritudine  
abſoluatur? itē quid prohibet ipſius corporis bo-  
num eſſe ſanitatē, ſed ueluti fructum quendam  
eius pulchritudinē & actionem? quid obſtat præ-  
terea primū corporis bonum actionē eſſe, eius ue-  
ro cauſam ſanitatē? neq; per alia exquiſite ſaneſcet  
corpus, per alia robuſtū aut pulchrū euadet. ſta-  
tim uero id etiam exacte ſalubre eſt. Quare & ex  
hoc una circa corpus ars eſſe concluditur: eadem  
em̄ facientes ſimul & robuſti ad agendū erimus,  
& uifu pulchriores, & ſalubriores, meliorisq; ha-  
bitus

bitus efficiemur: quædammodum contra, si quæ in A  
corpus noxa inciderit, & actionum firmitas labafcit, & pulchritudo marcescit, et bonus habitus ui  
tiatur, sanitasq; ipsa uiolatur: hæc enim omnia me  
rito simul augentur, simulq; decrescunt: naturalis  
etenim actio naturali corporis eget apparatu, à  
quo ratione causæ erga ipsam habente produciunt.  
quo circa illud in primis fieri nō potest, ut istorū al  
terū adsit alterū uero absit. ambo præterea simul  
augent atq; decrescunt, cumq; in melius proficiunt,  
hic bonus habitus, illa robur appellet, eadē nanq;  
ratione robur actioni, qua bonus habitus sanitati  
cōparatur. utrunq; enim ab utroq; produciunt, si  
cutq; alicuius bonus habitus est, ita & robur. natu  
ralis nanque siue apparatus siue affectionis uirtus B  
quædam est bonus habitus, actionis uero natura  
lis uirtus robur est, idem autē est uirtus, perfectio,  
& cuiusq; rei bonū, quod illius primū atq; simpli  
citer bonū nominat. ambo sanē et propter eadem  
deteriores melioresq; redduntur: bonus nanq; ha  
bitus salubris, ut antedictum est, affectio nomina  
tur, si quis item debiliter operetur, roboris infir  
mitas imbecillitasq; dicitur. pulchritudo præterea  
priora, posteriora deformitas, necessario comitat.  
Hæc planē omnia simul crescunt, simul minuunt, &  
proficiunt simul omnia, simulq; delent, quodq; isto  
rū unū, quicqd fuerit, statim & reliqua omnia legiti  
cōtra qd iuuat, pariter & omnia iuuat, atq; ex  
dictis iam unam circa hæc omnia artē necessariō  
uerari elucescit: quod istorū autē princeps simplici  
terq; corporis bonū sit, nihil in presentia attinet di  
cere. Sed ne id quoq; sermoni deficiat, subiungā:  
corporis bonum absolutissimū atq; primariū, quo  
egemus potissimū, actionū perfectio est, quod sa  
nē uim roburq; defectiue enunciātes nominant:  
siquidem eos oportebat non uim simpliciter, sed  
actionū uim, neq; robur simpliciter, sed actionum  
robur nuncupare, deinceps uero post hoc nō sim  
pliciter, neq; per se corporis bonū: sed quoniā in  
primis & per se huiusmodi bono ad sui creationē  
actionum robur indiget, sanitatis est bonus habi  
tus, quem & ipsum iterū curte nominātes cauilla  
tionibus aniam præbuerit: sanitatis enim bonū ha  
bitū cū dicere debebant, nō ita, sed absolute bonū  
habitū uocant, hūc necessario pulchritudo sequit  
aliud quoddā ab illis & tertium corporis bonū. quā  
re corporis bona æque ac animæ neq; unius gene  
ris sunt, neq; similiter omnia dicunt, sed unū quidē  
ut primū atq; per se, alterum tanq; illius causa, ter  
tium uero ut necessario consequens. igitur cuius  
horū trium ars corpus gubernans primarius opi  
fex est: num sanitatis, an actionis, an pulchritudi  
nis? supra enim iam patuit, etiam si istorū uni tan  
tum, quodcunq; malis, profueris, necessario cun  
ctis tribus profueris. exempli causa si actionem iu  
uabis, & sanitatē & pulchritudinē necessario iu  
uabis, quādoquidē ea sine causa ipsam producen  
te consistere nequit, pulchritudo uero necessario  
subsequit. item si sanitati proderis, illico & actiōi  
& pulchritudini proderis: etenim utraq; ab ea pro

Galen.

fluit. qui uero pulchritudinē creat, iste proculdu  
bio & sanitatē ante creauerat, si eam, itidē & actio  
nem. Verum quod primum ab artifice fiat, sermo  
noster uestigare cupiebat: at qui iam ex supra posi  
tis manifeste ars sanitatē efficere uidetur, hanc na  
turalis pulchritudo actioq; sequatur necesse est.  
quod enim primū artifex cum fecerit, acquiescit,  
id eius planē finis est: at naturali affectiōe, per quā  
agimus, restituta conquiescit, ea uero sanitas erat,  
quam cum induxit, nihil ultra circa actionē pul  
chritudinem ue laborat. accedunt enim hæc uel in  
uito artifice, ipsisq; aditū intercludere, cum semel  
sanitatē creauerit, prorsus nequit. ipsam planē sa  
nitatem impedire in ipso artifice positum est. q. si  
ipsam corruperit, naturales actiones, aut pulchri  
tudinē corpori adipisci nullo unq; pacto ualebit.  
Artem itaq; corpus tuentem, qualiscunq; sit, cir  
ca sanitatem omnium primam atq; per se negotia  
ri asserendum est, deinceps accidit, ut de actione  
pulchritudineq; curam habeat. neq; uero propte  
rea hæc ignobiles imperfecteq; sunt, sed perfecte cu  
mulatæ atq; summæ. Quomodo igitur plura sint  
corporis bona, quomodo unū, quodq; nō omniū  
æque ars corporis curam habeat, sed unius per se,  
ex accidenti aliorū, abunde disertum est. At mo  
do superest discutendum, quare in nulla materia  
ars una finis effectrix, altera conseruatricis reperia  
tur: statimq; ab initio neq; illorum exemplum, qui  
in hac fuere sententia, neq; rerū præterea ipsarum  
naturam ipsis fauere declarabo. si alterius enim ar  
tis est calceum conficere, alterius labefactatum re  
sarcire, nondum tertiam hic artem cōseruatricem  
nobis ostenderunt: pariter & in uestibus, si alteri  
us quidem artis est, eas resarcire, alterius autē con  
ficere, quænam & in his tertia sit ars conseruatricis,  
explicare nō poterunt. in nostris profectio corpo  
ribus uniuersimq; in his, quæ à natura reguntur,  
effectrix utique natura est textoriæ coriariq; pro  
portione respondens. uitiosum autē corpus instaur  
ant agricola & medicus, qui & ipsi uestes sarcien  
ti & ueteres calceos instauranti similes sunt, uestē  
autem calceum ue in conclauī reponendo custo  
dire, ne aut à quopiam surripiatur, aut à muribus  
erodatur, id neq; ullius forsitan artis sed solius est  
diligentiæ. q. si horum conseruatricem artem esse  
quidam uelint, tales apud homines artes sunt im  
peratoria, rei q; pub. gubernatoria, & præter has,  
si placet, ostiariorum, cæterorumq; custodum. ut  
enim ne inter hostes, aut prorsus ne inter scelera  
tos homines ferasq; bestias uerfāremur, ædes ciui  
tatesq; construximus, & muros circumdedimus,  
imperatores ac principes creauimus. sed non ista  
rum similem sanitatis conseruatricem artem con  
quisiuius: sed eam, quæ (ut puto) in humanū cor  
pus aliquid agens nō ex accidenti, sed per se inco  
lume ipsum ualensq; constituat. at proxime dictæ  
singule non ipsæ per se sanitatē custodiunt, sed eō  
quā homini non iugulato, neq; à fera discepto sa  
nitatem seruari, quemadmodum & uitam, conti  
git: quocirca ex quodam antecedenti, nō primo

Tom. 2

q

neq;

neq; ex sua ipsius ratione harum utraq; artium san-  
nitatem conseruat. Igitur sanitatē praeipue ex sui  
ratione conseruans quibus continebitur: ut mea  
quidem fert sententia neq; illis, quae non necessa-  
rio corporibus nostris adherēt, neq; illis, quae nul-  
lam in partem necessario corpora nostra permu-  
tant: Sed illis, quibus, uelimus nolimus, corpus no-  
strum utitur: & eorum illis, quae iuuare aut office-  
re ualeant: in ijs inquam & circa haec tuendae sani-  
tatis artē uersari arbitramur. in gladios enim, aut  
feras, aut laqueos, aut rupes non necessario corpo-  
ra nostra incurrūt: sed in ambiente aere duplici ra-  
tione uersantur. & quoniam corpori undiq; circum-  
fusus est, & quoniam per anhelitū ducitur, somnus  
uero atq; uigilia, quies item & motio in horū nu-  
mero ponitur. necesse namq; est, aut dormire, aut  
uigilare, quiescere, aut motu exerceri. perinde esu-  
rimus & cibum capimus, sitimus ac bibimus, aut  
inter haec medijs agimus. cubilium autē discrimina-  
ac uestimentorum nō omnia necessaria sunt. ebur  
neis namq; pedibus lectulus aut grabatus ignobi-  
lis nihil sanitati prodest aut officit, neq; uiliū aut  
sumptuosarum uestitū usus: nō uitrea uasa, aut au-  
rea, aut argentea, aut lignea possidere, non formo-  
rum seruorū aut deformiū turbae dominari, aut  
seruis planē carentē ipsum sibij ipsi ministrare. ista  
me hercule prodesse nobis uel obesse ipsorum ra-  
tione atq; primario, aut ex accidētī neuitquā apta  
sunt. at calidus aer aut frigidus, esca & potus, re-  
quies & motio, uigiliae somniq; suis ipsorum uiri-  
bus necessario corporibus nostris utilitatē aut no-  
xam afferūt. uestimentū quidem lacerū hyeme ac-  
leue, graue autē aestuo sumq; aestate laedit quidem,  
sed non ex necessitate, ex accidētī uero frigore &  
calore diuexat. Haec itaq; quaecunq; per se ledē-  
di iuuandiq; potestatem habēt, sanitatis custos spe-  
culatur, at quomodo, quā ueritate: posteaq; sa-  
tis abunde corpus inanitū est, sensilisq; no cūmen-  
ti discrimen impendit, alimentum sumere iubens.  
postq; ultra modū exaruit, atq; hinc iam noxā pe-  
riculum instat, potū accipere praecipiens. item &  
corpus exercens, cum nostri moderatricē faculta-  
tem robustā praestare, excrementaq; angustis mea-  
tibus intrusa eruere uoluerit. quietem uero impe-  
rans, cum exercitatione corpus lassari, aut supra,  
quā cōueniat, digeri senserit. aliuē preterea du-  
dens, cum suppressa est: nimis autē citatā cohibens.  
aliaq; in hunc modum omnia agens. & in summa  
id ante oculos habens, ut in corpore exactē sano  
ac ualido nihil nouare audeat: cum uero aliquātū-  
lum moderationē trāserit, cōtinuo, qd deficit, pri-  
us q̄ latius malū serpat, refarciat, p̄inde ac si sub-  
tegmis fila ex aliqua ueste non simul omnia, sed  
singulo die singula excidētia, qui huic rei praest  
affidens illico reponat, adeo ut huiusmodi corre-  
ctio atq; emendatio multorū notitiā prae exiguita-  
te subterfugiat. talem medius fidius & beneualen-  
tis praefectū artificem esse opus est minime cu-  
iusq; differentiae ac noxae obseruatore iuxta atq;  
emendatore. Verū si ex toto integrū ille sumq; cor-

A pus duraret, taleq; quale ipsum ab initio creator  
fabricatus reliquit, nequaquā correctore eguisset.  
at nunc cum diffuat semper, atq; dispereat, aliquo  
praesente obseruatore indiget, qui & quod dissipa-  
tur, quantū qualeq; sit, cogniturus est, illicoq; tale  
ac tantū uicissim reponēs instaurabit. insitū humi-  
dum dilabitur, tantundē humoris, potū exhibēs,  
irrigato, calidum digeritur, tantundē caloris addi-  
to, aridū consumit, iam alendi instat occasio: ut se-  
mel dicā, quod discutit atq; euanescit, ingeri pau-  
latim atq; reponi, anteq; in multorū notitiā ueni-  
at, opus est. Igitur quē admodum si duo sint dolia  
multis in locis foraminibus terebrata ambo eque  
ab initio plena, pariterq; per illa spiramina hac atq;  
illac perfluentia, horūq; unū quidā semper affidens  
tantum uicissim ingerat, quantū elabit: alterū ue-  
ro, anteq; ualde inanitū est, nemo custodiat, po-  
stea quā spīa repente superueniens semel totū im-  
pleat: clarissime cōstat doliorū istorum primū, ne-  
que inaniri, neq; repleri, alterū uero ambo hec pa-  
tī a multis inspectantibus testatū iri. ita quoq; in sa-  
nis aegrotisq; corporibus res habet. utrunq; enim  
uitium ars una modo uno emendat, quod deficit  
scilicet instaurans, in quanto uero non in quali e-  
mendationis differentia uersat. Atqui secundum  
quantū in his, quae sunt, differentia ad unā artem  
pertinet, q̄ si alterius artis esse debeat, prorsus qua-  
litate differat, oportet: q̄ si propterea geminū esse  
correctionis modū arbitraris, q̄ ab uno dolio mul-  
tum prius effluxerit, q̄ artifex custos accesserit, al-  
terum custodē semper astantē, quae sua bona for-  
tuna fuit, nactū plenū conseruatur: haud recte sen-  
tis. neq; enim alia ars unū subtegmis filū, quod  
exciderit, reponit, alia, tria aut quatuor aut quin-  
genta: neq; alia ars parietis particulā ruentē fulcit  
cōmunitq; alia magnā eius partē collapsam resti-  
tuit. Subtegmē stamini intertextū uestē facit. num  
igitur praeter haec uestis pati, aut praeter haec emen-  
dari potest: opus planē est, siquid uestis damni fa-  
cere debeat, aut stamē, aut subtegmē, aut utrunq;  
pati, unamq; esse emendandī uiam, quae subtegmē  
semper stamini implicet, quo eius ab initio cōpo-  
sitionem imitetur. Sed singulares actiones multis  
imponunt, uniuersale contēplari neque uisibus, id  
enim rationalis methodi munus est, quā neq; didi-  
cerunt neq; pertractarunt isti, qui quotidie de pro-  
positis blasterantes disputare audent. satis em, si-  
quidem eam nouissent, ipsis foret, discipulos do-  
cere, nō infinita proposita, sed unū discutere. nam  
qui eam rite percepit, nō amplius infinitis eget, si-  
bi ipsi omnia recte diuidere ualens. at eam metho-  
dū ignorās, praeterq; q̄ ea infinita perperam di-  
cta sint, haud dignoscit, per multorū adhuc propo-  
sitorum, quae nō audiuit, inops est. uerū haec stric-  
tū obiterq; aduersus eos dicta sint, qui quotidie  
in proposita discipulis audientibus edisserūt, neq;  
ipsi, quid dicāt intelligētes, quousq; imperiti inex-  
ercitatiq; in hac iudicatoria methodo fuerint. nā  
hoc loco quo inter se artes distinguēde sunt: sin-  
gularibus ne actionibus an uniuersalibus: an non  
ita

ita, sed propositis finibusq; aut neq; his, sed materijs, instrumentis, principijs, & contemplatione: quæ minime considerantes de his nugantur, quæ penitus ignorant. Igitur & nos forsitan melius fuerit, postq; semel id certamen conficere polliciti sumus, quam breuissime poterimus antedicta repetere iterum à singularibus actionibus incipientes. Est igitur quædam singularis actio, qua utentes oculorum palpebras consueimus, altera uero huius minime assimilis, per quã suffusiones detrahimus, aliã quoq; tertia & quarta, neque inter se ulla ex parte, neq; harum similes sunt, per quas cõfracti os de capite excindimus, sed in aliã corporis parte utpote humero atq; cubito in aduersum tendentes atq; confirmantes deligamus: ab omnibus uero alijs actionibus longo interuallo ea dissentit, quæ circa herniã sit, manuaria operatio: à qua illa, quæ circa uarices: ab omnibusq; simul antedictis uelicæ calculi extractio, atq; horũ multa scalpello absoluiumus: at oculum sublinire, articulũ in proprium situm reponere, cataplasma alicui membro superdare, fistula quam cathetera Græci uocant, rite uti, cucurbitulã affigere, sine scalpello quidẽ omnia præstantur, sed inter se longissime & à proxime dictis euariant: quemadmodũ & uenam soluere, & arteriam secare, cutẽ scarificare, & hydropicos perforare inter se & à modo positis distant. atq; hæ quidem ac præter has aliæ infinitæ manuaria actiones per se sunt: medicamentis autem utentium porro alterum genus est, & ab seipso, & ab enarratis discrepans. siquidem ueratri potio, ciborumq; efus nulla societate participant: neq; inedia clysterijq; usus, neq; frictio & lauatio: ab his uero longius distant ulcus eluere ac purgare, & medicamentum liquidum, item & aridũ imponere: gestari præterea, deambulare, luctari, scamoniũ, aut mulsam bibere. quorum omnium neutiq; similis est pulsatus arteriarum caloriscq; dignotio, quam uis extremis manibus agamus: quemadmodum (ut reor) & humortum abscedentibus sedibus contentorum perceptio, aut tumorũ hydropicorum, aut gangliorum, aut atheromatum, aut meliceridum, aut steatomatum (ut reor) quorum nominibus utamur, quando Latina deficiunt: neq; enim eodem digitorum iniectione, aut eadem motione & tractione & pressione, sed nonnunq; longe differente in modo enumeratis utimur. Quamobrem periculum est ne totũ diem absumamus nihil aliud q; actionum differentias recensentes, adeo ipsarum numerosa multitudo est. Verum ex his abunde quis nouerit, quanta illi erroris nebula caliget, qui per singulas actiones artes esse distinguendas arbitrentur. nullus igitur adeo fatuus, adeoq; attentus est, qui à medicina modo propositas actiões diducat, & aliã quampiam artẽ singulis ipsis præsticiat aut herniæ dissectoriam (ut nunc quidam nominant) aut calculi detractoriam, aut perforatoriã (quam paracenteticen uocant) Est enim q; maxime hunc herniæ dissectorem, illum perforatorem, alium calculi detractorem nuncupent, omnes ta-

Galen.

men istos cõmunĩ nomine medicos appellat, perinde ut eos, puto, qui à quibusdã mēbris, quorũ præcipue curã gerunt, uocitant: hos namq; ocularios, auriculares, dentarios (ita dicere liceat) medicos nominant: nonnullis à materia nomina indiderũt ciuiliarios, & medicamentarios, aut per Iouem, etiam herbarios uocantes: quidam præterea & nonnullos medicos uinidatores, & ueratratores appellarunt, q; eos crebro talibus remedijs utentes conspexerunt. omnibus enim (ut reor) hominibus rationalis disciplinæ principia naturaliter insita sunt: cognoscuntq; hi quidem magis, illi uero minus, quid idem sit in actionibus, quid diuersum, id namque, cuius causa sunt, idem est, sanitas uidelicet apud omnes cõmunis intentio. modus autem non omnium unus, sed in numerũ ingentem excrescit. Verum enim uero si quispiã (ut facit Plato uniuersuiusq; modũ & in uniuersum propositũ unũ esse in arte statuẽs, deinde in species differentiasq; ipsã diducẽs, rursus illas partes singulas artẽ appellas) perinde & ipse aliquã cibariã & medicamentariã & manuariã uelit artem appellare: nihil sanẽ fuerit, quod ipsi uitio uertam. Ita etiam si modo propositas singulas partiens, ut dictũ in ea, quæ assumuntur, euacuantur, & bibuntur, & exterius incidunt, istorum singulis propriam quandam artem præficiat, neq; istum accusauerim: iterum si hæc quoq; eadẽ multiformiter, usq; ad particularia partiat, minime ipsum impediam, quin in his, quæ assumuntur, aliam medicamentorũ artem esse dicat, aliam ciborum, aliam potionũ: quin etiam per singula istorũ huius illiusq; cibi, huius illiusq; potus, atq; huius illiusq; medicamenti propriam esse artem dicere concessero: uerum si has inter se artes quẽadmodum arithmeticã, exempli causa, ab oratoria, aut hanc ab ædificatoria & fabrilĩ differre autumet, non amplius illud concessero, cũ istæ nullum cõmune propositũ habeant, paulo supra uero enumeratis unum cõmune propositum sanitas scilicet. quemadmodum igitur in oratoria, quẽ una est ars, aliam quidẽ exordij, narrationis aliam, argumentationis perorationumq; aliã esse artem dixerõ, si mihi solum id unũ unitus esse artis ea siue species dixeris, siue partes cõcessum fuerit: ad eundem arbitror modum, & in medicina res habet. aliam enim artem manuariã dixerõ, aliam cibariã, aliã medicamentariã: unum id modo mihi seruetur, harum omnium unum esse propositum: propter quod unius esse artis particulã cogunt: res enim dissimillimas id iungere, atq; cõnectere, cogereq; ut in unã omnes artem cõspirent, manifestum uidet. excindit aliquis, aut abscit putrescentem particulã, alius aut reficit, carnẽq; in cauo uulnere procreat: cõtrariã quidẽ res, totaq; (ut aiunt) diametro distare uidebunt, actiones em longe differunt, ipsarumq; effectus contrarij sunt: ille enim eorum, quæ sunt, aliquid perdit, iste uero nouã aliquam substantiã gignit: sed neutri id ipsum per se proponitur, aut illi quicq; destruere, aut huic generare: quẽadmodũ neq; urere aliqd, neq; secare.

Tom. 2.

q. 2. hæc



neq; aliud quicq; ipsum propter se facere quispiā aggreditur, sed tanq; sine hoc sanitatē assequi non ualens, ad quam omnes diuersis tamen itineribus ingredientibus properant, ob cōmune utiq; propositum omnes medici uocati, sed propter actionis, aut materiæ, aut membri differentiam, hic manuaris, iste medicamentarius, ille oculus appellatur; manuaris ab actione, medicamentarius à materia, oculus à mēbro: cum em̄ quę curant, mēbra, nō parū inuicē differāt, curatoresq; ipsi actiōibus, ac materijs diuersis utant, ideo nonnulli ab actiōibus alijs à mēbris, à materijs alijs cognominantur, oculusq; manuaris, ac medicamentarius, uniuersimq; omnes à fine medici. Supra em̄ explicatum est omnes artes in subiectæ substantiæ bono uersari, eiq; operā dare: quare in singulis artibus unū quoddam primū bonum reperit. ceterum q; quāpiam palpebras, exempli causa, bene suens perperam medicamenta propinet, alius medicamentis optime utens rationē uictus non rite præcipiat, in hoc alius egregie uersatus manus nō bene exerceat, si diuersas propterea ac penitus separatas artes opinemur, statim sanē nō tres modo, uerū etiam trecentas sic artes statuemus. iste nanq; fistula perite utitur, ille clysterio, alius uenā secare est idoneus, arteriā alius: deinde cum aliquis hæc omnia insigniter administrās inuentus fuerit, rursus omnes illæ artes in unam coibunt. atqui utrunq; uictosum est, aut propter artificū insitiā artē unam in multas discerpere, aut propter eorundē excellentiam multas in unam coniungere. prior nanq; sermo neq; orandi, neq; numerorū, neq; terę metiendæ, neq; canendi, neq; aliam quāpiam illustre artē unam esse concedet, quas multi tractantes propter earū magnitudinē totas cōplecti nequiuerunt, secundus aut artes interdū nullius cognitionis participes in unam acerbabit. nam si idem homo arithmeticus simul grammaticus atq; philosophus fuerit, poterit quispiā unius artis has omnes esse particulas existimare. Itaq; ne agentū multitudinem, sed propositis consideratis artes distinguamus, neq; in singulas actiones, sed in uniuersas inspiciamus. cōmune enim quiddā in singulis cuiusq; artis actionibus inuenies, per quod q̄uis longo intervallo distare uideant, nihilominus tamen eas unius esse artis particulas nihil impedit. uestes igitur texere nihil aliud est, q̄ subtegmen stamini implicare: num igitur istud aliud est q̄ suere? neutiquā, uerum & in suēdo subtegmina staminibus intertextunt: nam si & ab initio statim quispiā sine textorio opere aliter subtegmina staminibus innectere uoluisset, aut eo modo, quo nunc lacera indumenta faciunt, aut quo cistas, aut sportulas, aut retia fabricantur, nihilo secius uestimentū, sed multo longiori tempore cōfecisset: sinē itaq; non simpliciter coniectantes, sed celerius ad ipsum peruenire studentes hanc per telas conficiētē artē excogitarunt non uniuersim, sed ex parte à supra positus differentē. idē & in medicinali arte contingit: innumera sanē (ut ita dixerim) singularia sunt,

A sed generale quoddā opus omnibus cōmune est, nam & corpori aliquid ut superuacuum detrahens, aut aliquid, quod deficiat, adiiciens, unū uterq; in uniuersum præstat, corpori scilicet naturalem modum cōparans, qui nihil aliud est, q̄ sanitas, perinde uero & calfaciens & refrigerās, & siccās ac madefaciens. Quēadmodū enim si ab initio nos confectum animal creare potuissēmus, nō alia quāpiā ratione eius primā formationē instituissemus, alia uero emendationē adhiberemus: haud secus, postea q̄ neutrum horū nos primi efficiamus, sed natura est primaria animalis opifex, iterumq; egroto sanitatem cōparat, nō alia profectio ratione fortui, alia in præsentia in lucem edito alimentū suppeditat, quin etiam similiter nunc operat, alit, digerit, excernit, omniaq; (ut semel dicā) in præsentia (ut prius) eadem ratione ministrat. Medicum aut naturæ esse ministrū, primariāq; esse naturę artē, ac rite celebre esse dictū illud, Natura in omnibus auxiliatur, naturā morbos iudicare, naturas morborū esse medicatrices, à priscis sapientibus abunde tradita quid ego iterū superuacue repetā? quod enim in præsentia utile est, in memoriā reuoco, nō unius artis esse opus facere, alterius uitiatū corrigere, sed eiusdem. q; si non eiusdem, at supra medicinam ostendimus nō artis uestes facientis emulam quicq;, quod prius nō esset, pro creare, sed artis laceras tritasq; uestes facientis assimilē. explicauimus item conseruationē esse duplicē: alterūq; ipsius genus, sub quo & præsens de tuenda sanitate tractatio reponit, parum labefactata corrigere: idq; multos subterfugit, tanq; sit à curatio diffrens genus. Ceterū id ipsum alicui finem esse putare, domum extruere, aut uestem, aut uas, aut sanitatem facere, hominis est nō potentis actionem fini præuiam ab ipso fine distinguere, quandoquidem non domū extruere ipsius ædificatoriæ finis est, sed domus, quēadmodum neq; uestem texere, aut nauem coagmentare, aut grabatū aliorum ue unūquodq; fabricari, sed ipsum opus, quod quiescentibus iam à labore artificibus, adhuc permaneat. atq; ita effectiuæ artes ab actiuis tantū distant: actiuę nanq; cum ab agendo desierint, finis quoq; unā desijt, nihil itaq; in saltatoria præter ipsam actionē ostendere possumus, ut in fabriligratum, in ædificatoria domū, in medicina sanitatem. non igitur ædificatio, quemadmodum saltatorię saltatio, ædificatoriæ finis est, sed domus res ab actione diuersa: itidem textorię neq; textura, neq; texere, neq; uestis confectio, aut generatio, sed uestis: pari ratione neq; productio, neq; generatio, neq; correctio sanitatis medicinæ finis est, uerum hæc omnia actio quādā artis cōmunis est, quemadmodum particulares erant secare, urere, articulos & extrema, quæ Græci cola uocant, in aduersum trahere, effingere, deligare, et supra has etiā, atq; cōmuniore manu operari, medicamentū uti, & rationem uictus præcipere, uerum sanitas ipsa finis est, quem iam quiescente artifice demonstrare ualemus, quare neq; sanitatem custodire, aut

uitiatam

uitiatam emendare, aut prorsus amissam recupera-  
re finis est; sed omnia hæc actiones sunt, finis aut  
est sanitas. at communem generalēq; supra omnes  
hæc particulares actionem alius sanē alio appel-  
lat nomine, omnes tamen unum idemq; sed alio  
modo significant, & qui sanare dicit, & qui sanita-  
tem facere, & qui sanitatis effectiōē, & qui sana-  
tionem: hi quoq; idem, quod p̄xime positi, dicūt,  
& medicationem morborū dicentes, aut curatio-  
nem, aut ægrorū medelam; aut mediū fidius me-  
deri, aut morbos extirpare, aut sanitatem morbo  
pulsio inducere: item omnia, quæ conueniant, face-  
re, dicentes, & qui morbificas causas se expellere  
aiunt. nemo enim istorū finem, sed quæ finem præ-  
cedit, actionē dicit, perinde atq; si circa corpus ars  
quædam actiua saltatorię hystriōicęq; similis uer-  
saretur. Verum enim uero posteaq; multis rationi-  
bus artes nō ex particularibus actionibus esse iu-  
dicandas assertum est, sed in uniuersales ac proxi-  
me ad finem esse recurrēdum, deindeq; illarū ipsa-  
rum fines distinguere esse tentandum, in sequenti  
disputatione ea est difficultas excutiēda, nunquid  
de ipsarū materijs eadem sit ratio habenda. Itaque  
materia una pluribus artibus subijci, unaq; ars per  
multis uti materijs uidetur: quandoquidē lignum  
nauium artificij, & carpentarij, & machinarū stru-  
ctori, & ædes fabricatij, infinitisq; alijs materia est:  
creta quoq; multarū est artium materia, & lapides,  
aliaq; uniuersa, at medicæ artis, una cum sit, infini-  
tæ materiæ sunt, & corpus ipsum sanitatem accipi-  
ens, & cibi ac potus, & medicamēta omnia, & uo-  
cata diētemata. hæc igitur medicorū materiæ: cor-  
pus aut tanq; id ex quo finis, aut in quo, cōstat igitur  
non ex materijs artes esse iudicandas; neq; em̄  
si quispiam alias cōmunes materias, utq; aliquis  
dixerit, per accidens, alias uero proprias atq; pro-  
pinqvas singulæ arti subijciens, quatenus corpus  
nostrum naturale est, physicæ scientiæ subiectum  
esse dicat, quatenus sanitatis capax, medicinæ,  
quatenus euecticum, id est bono habitu præditum  
exercitatoriæ, propterea alio quopiam, q̄ fine ar-  
tes distinguit, nam corpus aliquod salubre dicere  
eius, qui iam finem cognoscat, officium est. Neq;  
etiam si quis præceptis artes diiungat, aliunde, q̄  
à fine potestate sumit initium: propria nanq; cuiusq;  
artis præcepta finis cōstituit atq; diiudicat. igitur  
hæc artis propria sunt, quæ dignoscens aliquis ad  
finem assequēdum proficit, si quidem grāmaticæ,  
musicæ, fabrilis, & aliarū cuiusq; artium quęcūq;  
præcepta aut finē ipsum modo, aut ipsum melius,  
celerius uel præbere ualent, hæc artis propria sunt.  
Itaq; omni ex parte ad finem properare ab eoq; ar-  
tes iudicare præcipit ratio: propter hunc enim &  
cōmuniū, & proprijs præceptis atq; principijs  
differunt: nam hæc & secundum artium fines eua-  
riant, quandoquidem sanitas finis est: hæc uero in  
calidis, frigidis, humidis, siccisq; consistit. in istis  
planē & materiæ & contemplationis circa huius  
cognitiōē principiū uersatur: sed dissimili ratiōe  
medicus philosophusq; id tractat, quod ipsum à

Galen.

scientiarum fine cognitum est atq; distinctum. ne-  
que ab ea semper finē oratio inuenit omnī, quæ  
in artibus continēt, regulā atq; iudicem. nam cui  
iusq; artis cōstitutio inde sumit initium. Quis enim  
medicinam constituere properasset, nisi sanitatis  
bonum optauisset: aut ædificationē, nisi domum  
expetiuiisset: aut textoriam, nisi ueste prius egu-  
isset: quin & ars reliquas omnes cōstituens hinc  
& ipsa accepit initium. alibi uero à nobis ostensum  
est, quo quispiam modo proposito fine suā ipsius  
artem artificiose cōperiat. eumq; qui præsentem li-  
brum exacte intelligere cupiat, in illo prius uersa-  
tum esse necesse est: ita enim euidenter cognoue-  
rit, sub unam eandemq; contemplationē utranq;  
partē incidere, salubre uidelicet, atq; curatricem.  
uerum si ego, quæ in alijs uoluminibus à me latil-  
sime explicata sunt, in hunc omnia librum cōfer-  
re uelim, Menemachi Menodoti q; libros me pro-  
lixitate superaturū ignorarem. Caterum artē cir-  
ca corporis bonum uersantem prorsum unā esse  
ex antedictis (ut arbitror) satis declaratū est, atq;  
ex dicendis in posterū nihilo secius declarabitur,  
non tamen quo ipsam nomine appellare oportet,  
at, adhuc manifestū est. neq; enim forsitan medicatū  
ua, neq; exercitatoria, sed aliud quippiā appellan-  
da est, forsitan aut & in totū ars ista, quæadmodū &  
pleræq; aliæ, nomine caret, sed hoc paulo posteri-  
us speculabimur. Itaq; unum esse humani corpo-  
ris bonum, quicquid illud sit, sicut aliarū etiam o-  
mnium substantiarū, esse uero & de ipso artem u-  
nam, siquid unq; aliud, & id quoq; uerum esse cō-  
firmo, necnō & eandem utriq; methodū inesse. u-  
na igitur circa humani corporis bonū arte uersan-  
te in præsentia omnes eius particulas speculemur:  
nam sic & eius, quæ salubris uocatur, quæ sit po-  
testas, prorsus dignoscemus, ut in hac etiam parte  
methodo aliqua utentes sectionem faciamus, ge-  
nus artis corpus nostrum tractantis contemplan-  
tes. Verum non in sola ipsa cōtemplatione finem  
eius situm esse, sicut arithmeticæ, astronomiæ, ac  
physicæ, sed quiddā etiā & circa corpus ipsam fa-  
cere, neminem præterit, q̄ neq; uero in ipsa actiōe  
desinat, quemadmodū saltatoria, postq; agere de-  
sijt, nihil ostendere ualens, & id quoq; omnibus  
constare arbitror. Igitur in cōfesso est eā inter esse  
ctiuas aut acquisitiuas esse collocandā, postq; ne-  
que inter actiuas neq; inter cōtemplatiuas inueni-  
ta est: sed neq; inter acquisitiuas numerat, qualis  
est ars illa, quæ retibus & hamo pisces caprat, utq;  
in uniuersum dicā, qualis est uenatoria: aliquid e-  
nim eorum quæ sunt, istę capiunt, ac possident: ni-  
hil autem, quod prius non esset, ipse faciunt. inter  
reliquas igitur effectrices humani corporis ars re-  
ponitur. istarum uero duplex officium est: aut em̄  
aliquod integrū, quod prius non erat, efficiūt, aut  
ex parte uitiatum corrigunt. at quæ nunc quæri-  
tur, ars totum hominis corpus moliri nequit, sed  
per partes instaurare potest, perinde ut uestiūs ars  
sarcatoria, neq; ad eundem, ut hæc, penitus modū,  
natura nanq; & corpus fabricatur. & ipsum imbe-

Tom. 2

q 3

cillus

cellū cōfirmat, ut ars uestiaria: ipsius uero nature ministra est ars, quæ in præsentia uestigatur. cōcedatur igitur, ut procedat oratio, nos ipsam correctionem appellare, sed aut multum subito corrigit, aut pauxillā: quæ eius pars multū semel corrigit, medicatiua curatiuaq; nuncupetur: quæ uero pauxillum, conseruatiua, eius ipsius quoq; quæ multum semel instaurat, permagna est differentia: omnis enim quantitas in multitudinem innumerabilem secari potest. at quia de ipsis dicere non est nobis in præsentia propositum, hæc sanè pars dimitatur, illa uero, quæ pauxillum emēdat, diuidat. At hæc quoq; insignibus differentiis tripartito distincti uidentur. aut enim exacte perfectæq; ualentē accipiens in hoc ipsum gradu cōseruat, hanc aut partē euecticen, id est, boni habitus seruatricē uocant. alteram eorū, qui iam morbū euaserunt, refectionem, quam sanè & nonnulli recentiorū medicorum analepticen, hoc est instauratricē appellant. inter utranq; pars ea colloca, quæ ab ipsis proprie salubris nominatur. cōmuni enim uocabulo & cōseruatiua simul & salubris dicitur. tres igitur hæ partes conseruatiuæ modo enumeratæ analeptice, salubris, & euectice, sunt quidem omnes ab ea medicinæ parte, quæ exigua uitia tollit, inter se aut ratione maioris minorisq; dissentiant. magis enim parua castigat euectice, minus uero salubris, hac adhuc minus analeptice. quidā uero & quartam his partem adiecerūt, quæ ab his proprie prophylactice, id est præseruatoria uocata fuit, facultatē ei oppositam habentē, quæ à morbo proximè liberatos recreat. Hæc autē ambas ancipitis quodammodo esse naturæ inter contrarias totius artis partes nemo ambigit, dico autē inter eam, quæ magna uitia, & eam, quæ parua dissoluit. curatiua sanè pars quæ magna uitia, euectice aut atq; salubris, quæ parua dissoluit, id quoq; perspicuū est. in medio uero amborum interstitio instauratiua nominata atq; præseruatoria posita, si ad salubrem euecticenq; cōparentur, non exigua uitia emendantes, si ad curatiuam, non magna. propterea & quicunq; ambas has partes neutras appellauerūt, haud male mihi sensisse uisi sūt. sed de his alia est habēda oratio. In præsentia autē cōtemplatiōe de cōseruatricē artis humanū corpus gubernantis parte tria diuisionis membra supponant, unum de corporibus secundū habitudinem ualentibus, alterū de his quæ in habitu sana sunt, tertium de bono habitu præditis. primūq; instauratiuū appellat, nihil enim in præsentia cum illis de nomine digladiemur, secundū salubre, tertium euecticum, hoc est boni habitus conseruatiuum, duo priora in melius ducentia, in optimo sita tertium conseruans. His ita positis ab initio agitate questionis meminimus, erat autē (ut existimo) huiusmodi, utrum ad medicatiuā, an ad gymnasticam pars salubris uocata pertineret. non absq; rationem igitur inter initia sermonis nostri diximus, omnem quæstionē sub definitionē cadere: nam quid sit medicina, quid gymnastica cū nouerimus, non amplius difficile fuerit inuenire, ad utrā ipsarū sa-

lubris referat. ipsa quidē salubris quidnā sit, iam mihi manifeste explicauisse uideor: aut enim tota pars cōseruatoria, aut ex illis tribus partibus una, quæ in medio uersat inter euecticen scilicet uocatam atq; analepticen: mihi reliquum nihil aliud quā de nomine controuersia esse uidetur, res ipsa autē minime in obscuro uersari tantisper, dum superius declarata cōcedantur, ac fixa permaneāt. atqui cū ipsa strictim atq; per capita recēsuero, mox ad nominum interpretationē me conuertā. Quemadmodū igitur bonorū uestimentorū, edium atq; calceorum, perinde & corporis unā quādam artem esse cōstituo: cuius duas has esse partes, unā efficiētem, corrigentē alteram: ambasq; hæc naturæ prius inesse, sed ipsarū alteri emēdatrici scilicet humanam artē opitulari, quæ & ipsa bipartito diuiditur, in curatricē partem seu medicatricē, atq; in alteram conseruatricē, quæ & salubris uocatur. ipsi uero tres partes sunt, analeptice, euectice, acti generi cognominis salubris. itaq; siue de conseruatricē parte, siue de eius particula quā ipsa quærat ad utram artē pertineat, an ad medicatricē, an ad corporis exercitatoriā, totam rem prius (ut nunc ego feci) perstringentē ita deinde ipsum explicare opus est. quæ una corporis ars cum sit, licet uolenti eam medicinā appellare: sin hoc non placeat, exercitatoriā: sin id quoq; displiceat, totā artem nomine carere dicens unam eius partē medicinā, alteram exercitatoriā appellato: si neq; id probas, salubrē quādam artem curatiuā ex diuerso oppositam, eiusq; partes (si uelis) diæreticā, gymnasticāq; dicito. singula enim nomina si interpretabere, ita uniuersum, quod quærebās, indeptus fueris. At his auditis, quidā heus uir bone dicent, nō quēadmodū tu statuere uolueris, sed ut recte habet, nominū partitio faciēda est. Iterū igitur isti ita responsi deo, nostrā non amplius de rebus esse cōtemplationem, sed nominū explanationē nobis esse propositā, neq; id nos etiā tergiversari ac de nominibus nō his solū, sed & de alijs omnibus illud in uniuersum pronuncio, nihil eruditū in mediū adduci posse. sed siue Assyriorum linguæ uocabulū sit, ab ipsis Assyrijs res discenda est, cui nomē illud indiderunt, siue sit Persarū linguæ, aut Indorū, aut Arabum, aut Aethiopū, aut omnino aliorū quorundam, illos percunctari oportet: nomen enim ipsum per se solum prolatū nihil indicat. meā igitur sententiam acceperis. ceterū nonnulli asserūt ipsis nomen aliquid significare, unde huius rei causa ergo permulta Celtarū, Thracum, Mysiorū, Phrygumq; nomina colligens iussi ut à singulis rem significatam manifestaret: quibusdā autē in sola Græcorum lingua id se posse facere dicētibz, hoc uocabulum, λυβία (Latine portū dicas) proposui, illis uero locū, quod naues applicat, significare affirmatibus: at Thessali, respondi, quod à nobis forum dicitur, ita nomināt. sed isti Thessalicā linguā scire se negabāt: tanq; illud ipsum cōstitūtes, quod ab initio dicebatur, nullū nomē, cui rei inditū sit, aliter posse cognosci, nisi ab ipsis impositoribus edocui-

edoctus fueris. cæterum aduersus ita dementes alia mihi oratio scripta est: res ipsas uero discere uolenti, & præcipue ac maxime huic ueluti optimo operi studentî, rerum præterea nomina mutæ locutionis causa percipere cupienti, usum mutuuum interpretabor. neq; id in rerum omnium nominibus omnibus faciam; id nanq; enarratoriæ cuiusdam, aut grammaticæ peritiæ munus est: sed attica potissimum nomina, secundo & ionica me cognoscere fatebor, nonnulla etiam dorica atq; æolica: sed in hisce duabus linguis plura me ignorare, quam scire, in attica uero plura me scire q̃ ignorare concedam. quòd si tu & de nominibus loqui uelis, Homerus utiq; canit,

Vir medicus multis alijs tibi dignior esto  
Dira uenena trahens, & pharmaca mitia fundens  
Multa salubria miscens, & lethalia multa,  
Ditior est cunctis medicus mortalibus unus:

Vtpote arte medica languida corpora medicamentis manuariaq; opera curante. An uero & alia tertia medicationis pars dietetica appellata (latine cibariam dixeris) Homeri temporibus extaret, ego nulla id coniectura assequi possum. Sed me uertitior, & quem magis Græcorum res nosse uerisimile est, Plato Philosophus antiquos Asclepiadas hac medicinæ parte non admodum usos esse asseuerat. Verum medicinæ tres has esse partes, atq; male habentia corpora curantem ab uniuerſa Græcia iatricem, hoc est medicinam, appellari, nemo ferè est, qui eat inficias. Gymnasticæ autem artis nomen, Homeri seculo nondum repertum erat, neq; quisquam omnino gymnasta (sicut medici nomen inuenies) uocabatur. quemadmodum neq; etiam apud Platonem gymnasticæ nomē frequenter reperire licet; sed pædōtribam magis, q̃ gymnastam huiusce artis professore appellat, nam paulo ante Platonis tempora gymnastarū ars exorta est, quo etiam tempore & athletarum exercitatio emerſit. priscorum enim seculis uir quidam operarius naturalia munia exequens, uere bono habitu robustus in certamen descendens non lucratimodo, sed etiam cursu certauit, atq; etiam duobus his, & iaculo præterea, & arcu, & disco, & curru alios superauit: postea uero hæc diuisio facta sunt, qualemq; Homerus unum Epeum fecit ad cuncta quidam secundum naturam munia obeunda omnium ignauissimum, sed strenuum pugilem, cuius artis in solis certaminibus usus est, tales omnes euaserunt, neque arare, neque fodere, neque iter facere, neque aliud quicquam pacis, ac multo minus belli opus egregie præstare ualentes.

Horum hominum bonum habitum in superioribus uituperauimus, artemq; pariter gymnasticam ipsos instruente: aliumq; bonum habitum laudauimus tutissimum iuxta & ad omnes naturales actiones maxime idoneum; cuius materię effectiuiæ simul & conseruatiuiæ duæ sunt, & salubris uocata uictus ratio, & exercitatio. quatuor nanq; genere cum sint omnes materię, a quibus corpus nostrum commutatur, manuaria functio

A medicatio, exercitium, ac uictus ratio, una est ægrotis inutilis, duæ uero secundum naturam sese habentibus. ægrotans nanq; in multis medicamina, manuum operam, uictusq; rationem postulat, nulla ex parte exercitatio eget: exquisitè uero sanus corpus exerceat, & certa quadam uictus ratione utatur necesse est, sed medicamenta, aut manus ministerium non requirit. Salubris igitur artis pars est gymnastice, ab undeq; de utroq; præcepit Hippocrates: quæcunq; de aeris natura, locorum, aquarum, uentorum, anniq; temporum notanda sunt, item de cibis, potibus, atq; exercitationibus accuratissime omnia perscribens. existis enim uictus ratio, quam diætā Græci uocant, integratur, haud secus & de tempore, quantitate, ac qualitate non exercitationis tantum sed etiam frictionis copiose disseruit. Plato etiam à parte totius cognominare uisus est, non salubrem artē, sed exercitatoriam appellās, cum quia exercitium bene ualentium proprium est, tanquā nullo pacto ipso ægrotis utentibus, tum quòd id solum moderatore egere iudicauit: quando quidem exquisita sanitate fructus corpus naturalibus appetitionibus utens, neq; in qualis, neque usus tempore quicquam sumendis cibis erroris committeret. sed de hoc alibi sermo habendus est. Quòd Plato autem aliam gymnasticam ut artis corpus regentis partem nouerit, aliam uero, quam nunc homines celebrant, ex his quipsam comprehendere poterit: tibi enim eius uerba subiiciam, primaque ea, quæ in Gorgia ad hunc modum se habent: Duæ res cum sint, duas esse artes dico, unam animæ, quam ciuilem appello, alteram corporis, quam & ipsam unam quoniam mine appellem non habeo: sed una cum sit corporis curatio, duas partes nomino gymnasticam unam, medicatricem alteram. Hoc loco unam esse artem corpus curantem, quæ duas principes partes habeat, lucidissime Plato monstrauit. partesq; ipsius esse nominatas, totam uero nomine carere, in optimumq; respicere, qui & bonus habitus dicitur, ex hisce declaratur. quorum singula in eodem libro pauloatè explicauit. Corpus sanè uocas aliquid & animam: quid igitur & istorum amborum quendam esse bonum habitum nō putas? ego uero aliquem apparentem bonum habitum, sed nō uere bonum existimo: quod autem dico, tale est. pleriq; se corpore bene habere putant, quos haud facile quispiam non bene habere sentiat, nisi medicus, aut exercitatorū aliquis fuerit. Et in sequentibus, optimum istos intueri: quod uero sit tutissimum ab obsoniorum conditore, eoque, qui Græce commotes, latine comptor dicitur, spectari ipse late declarat. Sed gymnasticam illam, qua instituuntur athletæ, graui quidem nomine decoratam, sed flagitiosam artem, nondum eousq; extra naturæ limites progressam, quousq; eam nunc protulerunt, tam uero non optimum finem, sed absolute uirium, quibus aduersarij prosterantur, incrementum sibi proponere incipientem in tertio de republica libro uituperauit in hunc

modum differens. Et per Iouē omniū ferē potissimum, quandoquidē si ultra gymnasticam superuacua ista corporis diligeſtia producat, nos occupat, nam & domui gubernandae & militiae & magistratibus in ciuitate gerendis incōmoda est; praeceptū uero ac maximum, q̄ ad omnes disciplinas, cogitationes, ac meditationes capeſſendas difficilis per se est, capitis semper aliquas distētiōnes atq; uertigines reformidans, sapientiaeq; studium eorū ortus causam asserens, quare quicūq; istius artis exercitiū tenetur, atq; in ea probatur, undiq; impedimentū uirtuti obijcit: efficit em̄ ut homo semper se aegrotū opinetur, neq; de corporis habitu queri unquā desinat. Adhuc inferius euidentius gymnasticae finē non uires aduersariōs prosternentes, sed usum ad naturales actiōes esse cōfirmat ita dicens: Ipsas quidē exercitationes ac labores ad irascibilē naturae partē respiciens, illamq; excitans subibit potius, q̄ uirum rationē habens, nec quemadmodū alij athletae, corporū roboris causa uictū instituet, laboresq; adhibebit. Vndiq; igitur Platonis sententiā perspicua est Hippo. mentem de huiusmodi gymnastica exquirit probantis, cuius gymnasticę finis est athletarū bonus habitus: ipsam em̄ tanquam ad omnia ciuilia negocia inuile uituperat, qd̄ breui oratione ille cōplexus ita p̄nunciat: affectiōe athletica non naturali salubris habitus melior est. q̄ ipsorū uero maxime excellens affectiō, ad quā potissimū properant, ad sanitatem periculosa est, quodq; id Hippocrati Platoniq; ignotū non fuit, & alibi à nobis dictū est. Ceterum quoniā semel de hoc non uere bono habitu, deq; uitiosa gymnastica sermonem institui: & haec iterum, q̄ paucissimis potero, perstringam. Cum in quadā moderatione sanitas sita sit, huiusmodi gymnastica intemperie excessumq; molitur, multā & solidā carnem procreans, sanguinisq; copiam q̄ tenacissimā adaugens: neq; em̄ uires tantum, sed etiā molem pōdusq; corpori adijcere conatur, ut hac etiā ratione aduersarius opprimi ualeat. neque igitur amplius reperire difficile est, artem hanc omnibus naturalibus actionibus esse inuilem, & alioqui periculis obnoxiam. quod enim in omnibus ueris artibus maximū studium est ad summum eius, quod appetitur, peruenire, id in ista pessimum est: cum eam affectionem, quā ex sententiā Hippocratis prae naturam est, tanquam naturalem adipisci contendat. Siquidem naturae bona quō procedunt magis, crescunt atq; augentur, cō meliora euadunt: non naturalia uero tanto deteriora sunt, quanto maiora. unde istorum nonnulli repente obmutuerunt, alij sensum motumq; amiserunt, ac penitus attoniti facti sunt, mole ista prae naturam ac multitudinē insitum calorem extinguente, liberumq; spiritui transitū intercludente: quicūq; aut ex ipsis mitiora patiuntur, effracto conceptaculo sanguinem uomūt aut expuunt. huiusce igitur boni habitus opifices, quorum haec mirabilia sunt uolumina, quā à

corruptas aures habentibus in praesentia circumferuntur, iam prorsus ab hoc nostro libro ablegemus, siquidem tu quoq; charissime Thrasibule cognoscis, istos neq; dignos esse, ut à me responsum accipiāt. quid em̄ istis plus erit, qui heri aut nudius tertius prae naturam crapulari atq; dormire desierunt, ad tantūq; audaciae peruenierunt, ut de rebus illis temere impudenterq; contēdant, de quibus neq; illi facile pronūciare audent, qui iamdiu earum cohaerentiam pugnantemq; naturam assequi studuerunt: quod nam isti profundū eruditum graueq; praeceptum condiscere poterunt? mirandum esset mediū fidiū, si cum neq; illi omnes, qui à primis pueritię tēporibus in optimis disciplinis uersati sunt, boni huiusce contemplationis iudices esse ualeant: illi, qui sese in certaminibus ad uincendum exercuerunt, degenere aut & ibi uictoria caruerunt, repente gymnasticae effecti soli mentis acumine praecellant. uigilia namq; cogitatioq; non rudis, magis q̄ somnus, perspicacem intellectū reddunt: idq; ab omnibus fere hominibus, quoniam omnium uerissimum est, adagium decāatur: Crassius ueter subtilem mentem non parit, forsā igitur puluis adhuc solus sapientiam ipsis comparauit. nam luttū, in quo crebrius uolutati sunt, quis sapientiae conditorem esse arbitretur, & sues cernens in ipso cōuoluit: non in latrinis, inter quas quotidie uitā traduxerunt, par est ingenij solertiā procreari. at qui prae ter haec nihil aliud ipsi agebant, omnē em̄ ipsorū uitam in hoc circo uersari cōspexit, aut edētium, aut bibentiū, aut dormientiū, aut uentrem exonerantiū, aut sese in puluere lutoq; uoluentium. His itaq; dimissis (ueras em̄ artes & nō sceleratas cōtemplaturi in hunc sermonē incidimus) legitima gymnasticae authores iam accersamus Hippocrate, Dioclem, Praxagorā, Philotimū, Erasistratum, atq; Herophilū, & quicūq; alij totā artē ad corpus pertinentem didicerūt. proxime uero Platonem loquentē audiuiſti, eius nullū esse propriū nomen, ne igitur totius artis corpus curantis unū nomen querito, neq; em̄ inuenies. Verum si forte de ipsa sermonem habere institueris, contentus sis Platonē imitatus ita differere: una cū sit corporis curatio, duas eius partes appello, unam gymnasticē, alteram curatricē, sanorū quidē gymnasticē, aegrorum uero curatricē. Sed illud magis cōsideratione dignū, Platonē non salubrē artem curatrici in partitione opposuisse, quemadmodū antedicti oēs uiri fecerūt: quorū unius (si placet) meminero, quoniā eius uolumina passim celebrātur. Inquit igitur Erasistratus in primo de tuenda sanitate. neq; em̄ medicus inueniri potest, qui sese ad tractanda salubria cōtulerit. deinde subiungit, cruditates em̄ ab aliquo affectu puenientes & ipsarum curationes ad medicatiuorū non ad salubriū tractationē redigunt. deinde iterū progrediēs addit, si quod uero in corpore uitii extiterit, propter quod assumpta semper corrumpitur, neq; in aq; malos succos, ac sunt priores, conuertuntur, huiusmodi

huiusmodi affectionem medici est, nō tuendæ sanitatis magistri dissoluere. item paulo post, Precipere de his, aut has discutere medicos nō salubres decet. Videtur enim iste nō artem quādam solum, perinde ut alij omnes, sed etiam eius professorem salubrem appellare, quemadmodum, ut censeo, et medicatiuæ professorem medicum uocat, ut artis corpus curātis, cuius nullum propriū apud Græcos nomen erat, in duas principes partes distributæ, sicut ipsas partes medicatiuam salubremq̃, ita & earum professores medicū salubremq̃ appellamus. eodem modo autē & pleriq̃ alij medici nominibus uti sunt. Cæterum, ut uidetur, Platonis temporibus nondum Græci aut artem ipsam, aut eius professorem salubrē appellare consueuerunt, neq̃ enim Hippocratis liber salubris, salubris inscribit, sed alius de ratione uictus, alius de aquis aere & locis inscribitur: forsitan autē (ut proxime retuli) neque sanis opus esse ratione uictus Plato opinabatur, sed ipsis gymnasticam solam sufficere; neq̃ enim instauratiuam partem, aut præseruatiuam ad gymnasticam fortasse pertinere existimat: medias enim ipsas (ut dixi) collocatas utri uolueris adijcere potest: q̃ si ipsas medicatiuæ adiungas, exigua erit salubris portio de aere, aqua, locis, exercitatiōibus, cibisq̃ tantū considerans: atqui neq̃ de cibis omnibus, sed de illis tantum, qui ad secundas fontes ualitudinis pertinent: Quinetiam fortasse cum aeris regionum aquarumq̃ notitiā medicus præoccupauerit, utpote curatiua parte ante constituta, nihil amplius de ipsis non solum medicis, sed etiā salubribus instituendis præter artem exercitationum rationem tradentē discendum superest. Quā obrem neq̃ absurdum fuerit & à parte nomen habente totum appellari. uerum hæc de nomine est, non dere, disputatio. At si quispiam (quod & supra posui) id ipsum perspicies nō dere, sed de uocabulo institutum esse sermonem, me & de hoc aliquid dicere præcipiat, melius eos fecisse dixerō, qui duas totius artis principes partes salubrē curatiuamq̃ appellarunt: quandoquidem in diuidendi methodis didicimus eiisdē generis res per opposita membra partiri. exempli nanq̃ gratia de animalibus dicēs alia esse aerea, alia aquatilia, si addat, alia rationalia, perabsurdum euidenter faciet: nam prior partitio ignea terrestriaq̃ adijci postulat: hæc enim proportionē aeris, aquatilibusq̃ respondent: secunda uero in diuidendo rationalibus irrationalia opponi requirit, ac eadem ratione mortali quidem immortale, fero domesticum, pedestri uolucere natatileq̃ opponitur: extremæ nanq̃ dementiæ est animalium aliqua immortalia esse dicere, aliqua pedestria, aliqua bipeda: ad eundem sanē modum in arte corporis præside si quis eam partiens inuenire partes quærat, ægros curantem medicatiuam, sanis cōsulentem salubrem appellabit: quin immo etiam melius, ut & nos antea dicebamus, ars corporis curam habens emendatrix cum sit, qua parte magna uitia corrigit, medicatiua ceu medicatrix nominabitur, qua uero exiguas noxas

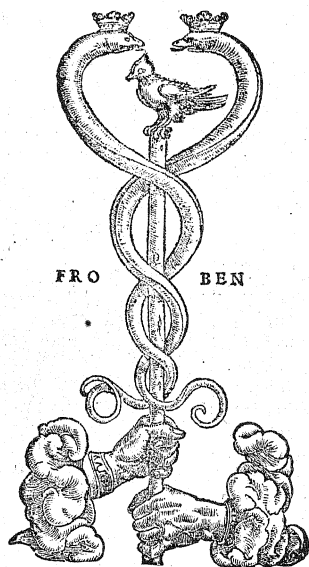
A tollit, ideoq̃ præ exiguitate, num etiam corrigit, sensum subterfugiens, conseruatricem dicitur: quin etiam aptius à materijs has partes morbidam, siue ægritudinalem (ut ita dicam) unam, salubrem alteram appellaueris. q̃ si rursum uelis salubrē ceu cōseruatiuam partiri (utroq̃ enim modo licere appellare dictum est) à subiecta ipsam materia in tria diuides, ut supra retulimus: in resectricem uocatam, & in salubrem secundum habitum, & in boni habitus effectricem; nam singulis dictis partibus propria materia subijcitur, uni secundum habitudinē ualens corpus, alteri secundum habitum, terciē bono habitu præditum. accidit enim ipsa corpora eodem cum partibus artis nomine appellari. quod si secundum auxiliorum materias artem hanc salutarem, conseruatricemq̃ distribues, in quatuor partes secabitur, una siquidem in assumptis, altera in his, quæ sunt, tertia in his, quæ euacuuntur, quarta in forinsecus occurrentibus uersatur, per hæc enim sanitas custoditur. pars igitur salubris artis in his, quæ assumuntur, uersans ciborum potionūq̃ ad sanitatis custodiam pertinentium scientia est: quæ uero in his, quæ euacuuntur, sudores, deiectiones, urinas, in uniuersumq̃ omnia, quæ corpus nostrum excernere debet, considerat: quæ exterius incidētium est, aerem, aquam, saluginē, mare, oleum, aliq̃ huiusmodi omnia speculatur. at quarta pars artis, quæ superest, in his, quæ aguntur, posita, exercitationibus, appellatisq̃ Græce epitideumatis, hoc est, studijs, continet: insomnietas namq̃, & uigilia, somnus, uenus, ira, curæ, lauatio ex hoc genere sunt. atq̃ singulorū enumeratorū salubritū quātitas, qualitas, occasio dignoscenda est. Quātula igitur salubris artis pars est de exercitationib. scientia: rectius enim puto gymnastica ars appellabitur, quæ omniū exercitationū facultatis cognitio est. nam quæ ad palestram solū pertinet, cognoscere, per quam exigui est, omnibusq̃ mortalibus minime utile. quandoquidē nauigare, fodere, metere, iaculari, currere, saltare, equitare, uenari, armis certare, ligna findere, baiulare, & agrum colere, omniaq̃ alia secundū naturam facere, q̃ lucta exerceri, melius est. unde tibi iam intueri licet, nō modo salubris artis quota sit portio gymnastica, sed etiā gymnasticæ minimā esse particulā luctandi studium, huiusq̃ cognatum athletarum exercitium, & affectionis cuiusdam non naturalis effectuum, uitiosamq̃ artem sibi præpositam habens optimū quidem boni habitus finem præ se ferentem, sed omnia aliapotiùs, quā bonum finem producentem. At huius improbæ artis isti misere luctati repente scientissimi euaserunt. ueræ autem legitimæq̃ gymnasticæ Hippocrates & nuper cum ipso enumeratorum illustrium uirorum coetus magister est. Quemadmodum uero ad curatiuam partem pertinentia non rite omnia tradita sunt: perinde & de exercitationibus non uerā omnia præcepta tradidere: uerum in præsentia perperam de ipsis locutos castigare propositum non est, sed gymnasticæ nomen declarare; quod scilicet hæc

cet hæc facultatum in exercitationibus positarum quemadmodum & medicamentaria facultatum in medicamentis repertarū, scientia quædā est. am- hæ enim hæ partes à materijs denominationem fortitæ sunt; sicut & aliæ, quas paulo antecēssui. Atq; hinc eos male sentire cōstat, qui in diuidēda tota arte gymnasticā medicatiue opponūt; illa nā- que à materia, hæc à generali cōmuniq; actiōe ap- pellationem habet. singulæ em̄ primæ actiones hæ sūt, ueratro aut scāmōnio exempli causa purgare, uenā soluere, os excidere, inediā indicere, cibū ex- hibere, post has alię cōmuniōres, ac iam uniuer- sales, medicari, manus opera uti, rōnem uictus insti- tuere, omnibusq; istis cōmune mederi. quēadmo- dum, ut puto, iterū actionibus circa sana corpora accōmodatis omnibus cōmunis est cōseruatio: ac B quisquis per diuisionē medicatiuo cōseruatiūū opponit, cognatorū oppositionē facit; utrunq; em̄ ab actione nominatū est; quemadmodū rursum à subiecta materia agritudinalis atq; salubre: ab aux- iliorū aut materia medicamentariū ac gymnasti- cum, hoc est, exercitatorū. illud em̄ agritudinalis & medicatiui pars est, hoc salubris & cōseruatiui. Ceterū hoc loco diligenter mentis acies excitāda est, ne gymnasticū palęstræq; præfictū eundē nos efficere, totiusq; gymnastice particulā quandā lu- ctatoriam (ut ita dicam) cōstitueret nos prætereat: quandoquidē & qui luctas oēs & frictiōnū singul- latim oēs actiōes rite obire ualeat, iste panifici, co- quo, ædificatori proportionē respōdet, facere qui- dē panes, obsonia, edes scientibus, minime tamen quid in ipsis optimū sit, quid nō optimū intelligēti- bus, quāuē facultatē ipsorū unūquodq; ad sanitatē habeat, nō dignoscētib. Itaq; ars, quę corpus huma- nū curat, ut crebro ante repetitū fuit, una est, aliæ uero huic materias cōparant; neq; n. alutarij cerdo- nes, qbus calceatis, qbus sine calceis ambulare me- lius sit, nouerūt, sed neq; qbus calceari quidē me- lius est, quo tamen calceorū genere uti debeāt, cō- pertū habent. id aut Hippo. haud ignotū est; cui dā em̄ arbylis lutū calcantibus calceari præcepit, non tamen ipse arbylas cōficeret. quemadmodū neq; imperator galeam, lorica, hastam, clypeū, gladiū, aut ocreas conderet, præterea neq; ædificator de ex- celsa aut parua domo quicq; nouit, aut de cōuersa ad occidentē, aut orientē, ad austrū, aut ad aquilo- nē, neq; de frigida, aut calida, aut tenebriosa, aut illustri, aut de humili eius parte, siue superiore, aut de humida, uel sicca; quā utilitatē ista singula, quā ue noxā afferant. perinde ut panifex culinā purissi- mus panis, cui fursuraceus, cui multus aut paucus quōue tēpore sit dādus, ignorat, ipsos uero panes egregie cōficit. eadē rōne & coquus lentē, hor- deū, alicā, seu chōdrū gręcę, betā, aut aliorū aliqd nullius ipsorū uires cognoscens, eui tamen apta reddere peritus est. id genus artes materias oēs ar- ti corporis curatrici subministrant, quemadmodū & istis aliæ, panifici quidē frumentū agricola, fur- num figulus, arborū succisor ligna, carpentarius mensam, carpentario aut ipsi rursum alius asciam, A amussim alius, item alius ligna. at alutario cerdoni itidem cultū fabrilis ars, coria pellū cōcinnatrix, pedis effigiem, calopoda Græci uocant, carpen- taria. ædium quoq; structori sculptores, lapicida, later figuli, & carpentarij, illi quidem lapides, isti lateres, hi uero ligna idonea præparant. oēs igitur id genus artes mutua ope indigent, & perfectiori- bus materias, ex quibus finem suū assequunt, sup- peditant; & instrumēta optima, per quę illas ador- nant, efficiunt. Omnibus his aut ceu quædam ar- chitectonica ars corporis curatiua præfidet: siqui- dem ædificatoriæ, ut tales quasdā ades extruat, præcipit, calceariz calceum, panifici panem, culi- nariæ obsonium, alijsq; singulis, ut quæq; apta est, quid actura sit, imperat. Sed huiusce artis corpus C curantis, salubris appellata pars est, cuius quadri- partito diuisa partis unius gymnastica particula est. ea igitur tot artium ueluti quædam princeps ha- betur, equestri sanē quando equitare oporteat, ue- natoriæ similiter, & uniuerfim cuiuslibet alij animæ- lia captati, cum ipsarum usus postulat modum oc- casionē, qualitātēq; demonstrans: haud ab simili ra- tione & fodientibus, & metentibus, & ligna cedē- tibus, & nauigantibus, & saltantibus, & quodcūq; aliud agentibus præficiens ipsa dominatur atq; im- perat. Vna quædam inter id genus artes & illa est, quæ in luctationibus uersatur. appellemus aut eā, si lubet, græco uocabulo pēdotribicam: hæc enim eorū nihil intelligens, quę ad utilitatē noxāq; cor- poris faciunt, decentes, uarias, sternendū uim habē- tes, facilesq; ac minimo labore apprehensiones si- mul, ac motiones, haud minus, q; saltatoria, cōpe- rijt. uerum hæc corporis curationē non usurpat: ista pēdotribica, nescio quomodo, præ nimia sen- sus hebetudine ueluti seruus attonitus in optimū herum gymnasticam scilicet insurgit. Quēadmo- dum si quis armatus miles, aut eques, aut sagittari- us, aut funditor, aut faculator imperatori acie stru- enti, armanti, & in præliū educētī, rursumq; recep- tui canenti pertinax aduersetur: insaniret enim & iste, si imperatorem ad priuatas actiones puocans atq; laceiens, in ipsq; præstantior inuentus, aut cō- municari sibi imperium dignū putaret, aut suā ip- sius artem imperatoriæ partem existimaret: nihilo- secius arbitror & pēdotriba insaniat, aut gymnas- ticam scire se, aut eius partē possidere persuasus, cum seruus tantum subiectusq; sit. ut em̄ miles ar- tis imperatorię, sic pēdotriba gymnastice minister est. ipse nāq; quatenus exercet, exercitatorię, qua- tenus uero luctandī artē exercet, alterius cuiusdā professionis minister est, quam ego prostratoriam recentī uocabulo appello. non solum autem eos ita appellant, qui athletas exercēt, sed etiam gym- nastas: nihilominus secundum rei ueritatem aliud est ars pēdotribica, quemadmodum sagittaria: pro- stratoria uero, qualis est imperatoria: at gymnasti- ca, qualis est medicina: duabus quę artibus præpo- sitis hæ singulæ deferuiunt, ita enim & alutaria, ut militi optimum calceum paret, ab arte impe- ratoria docetur: ut ad sanitatem uero idoneum struat,



struat, ab arte corporis gubernatrice admonetur. A  
nec non & culinaria salutare obsoniū medico salu-  
briq; cōcinnat: gustatui uero iucundū ac uolupta-  
rium, non amplius id arti cuipiam, sed adulationi  
potius cuidam finē sibi non sanitatem, sed uolup-  
tatem proponenti. igitur & luctatoria id, quod ad  
sanitatē bonum est, salubribus & gymnastis uoca-  
tis adipiscitur: quod aut ad affectionem athleticam  
pertinet, illi uitiosae arti saepius à me repetitae, seip-  
sam quidem gymnasticam appellanti, rectius aut  
prostratorie nūcupatę, nanciscitur. Lacones utiq;  
& ipsam cabbalicen, id est uim sternendi habentē,  
nominant: eumq; magis cabbalicum, non qui ro-  
bustior, sed qui magis in hac arte uersatus fuerit,  
nominant. Verum em̄ uero omnis bene institu-  
tare sp̄, hoc genus artis odit, ac detestatur, quā  
omne uitę robur uimq; prosterнат haud in bonam  
affectionem corpora traducens. Ego itaq; plerūq;  
multis athletis, qui praestantissimi esse uidebātur,  
quiq; multas in certaminibus coronas meriti sūt,  
me ipsum ualentiorē esse expertus sum: quādo-  
quidem in omnibus itineribus faciendis, in mili-  
taribus actionibus, magis praeterea in ciuilibus,  
atq; rusticis negocijs inutiles prorsus reperiēban-  
tur. si quando uero & amico aegrotanti assistere u-  
si ueniret, in consulendo, prouidendo, auxiliando  
omnium erant ignauissimi: atq; hac ratione à sub-  
bus quidem minime ingenio differunt. nihilomi-  
nus tamen inter hos infelicitissimi nullaq; unquam  
uictoria insignes repente se ipsos gymnastas nomi-  
nant. deinde (ut arbitror) incōcinnā barbaraq; uo-  
ce non minus, quā sues uociferantur. nonnulli  
aut ipsorum & de frictiōe, aut de bono habitu, aut  
de sanitatē, aut de exercitationibus, uolumina scri-  
bere aggrediuntur: deinde illis detrabere contra-  
dicereq; audent, quā nullo unquam tempore di-  
dicerunt, ut quidam proxime in Hippocratem in-  
uectus tanquam non recte de frictione tractantē,  
uerum nonnulli qui aderant, medici & philosophi  
ad me uenientes, ut totam ipsius huiusce rei ratio-  
nem explicarem, à me petiuerunt: quod cum fe-  
cissim, omnium primus Hippocrates hunc locū  
optime tractasse uisus est. tunc gymnasta ille spon-  
te nullo do cente eruditus in medium repente pro-  
diens, puerumq; exuens nos eum iussit fricare atq;  
exercere, aut de frictione exercitationibusq; tace-  
re. deinde clamans dixit: quando em̄ unq; Hippo-  
crates in arenam, quando in palæstram descendit,  
qui neque forsā rite oleum infundere sciebat: ad  
hunc sanē modū iste uociferabatur, et alio qui neq;  
tacens audire, nec quā dicebantur, intelligere po-  
terat, at nos praesentibus quiete modesteq; disere-  
bamus improbum illum hominē perinde facere,  
ut coquus ac panifex de ptisana ac pane disputare  
audentes, deinde clamitantes, quando Hippocra-  
tes in culina aut pistrino uersatus est: paret igitur  
mihi placentam, aut panem, aut iusculum cōdiat,  
aut aliquod ferculum fartagine coquat, atq; ita de

inde de ipsis sermonem faciat. Ceterum fortasse  
dixeris, cur Hippocratem omnemq; ab ipso ma-  
nantem sectam medicos nominamus, si non uni-  
uersae arti corporis gubernatrici, sed soli eius par-  
ti, quā laborantibus opitulatur, id nomen indidi-  
mus: uidetur em̄ medicus totam artem cōplecti:  
ut neq; eam partem, quā de exercitationibus est,  
negligat. Hanc huiusce rei fuisse causam suspicor,  
quoniam cum prima totius artis pars curatiua, q;  
& maxime urgeret, constituta sit: deinde per mul-  
tum ocium cōseruatiua salubrisq; uocata ei adie-  
cta fuerit, totam artem à praecipua magis parte de-  
nominari cōtigit, quemadmodū & in alijs plerūq;  
fieri assolet. quandoquidē & geometras appella-  
mus non circa planas solum figuras, uerum etiam  
circa solida uersantes, nullusq; his temporibus in-  
uenitur, qui ut geometra, sic & stereometra nomi-  
netur: sed nomen defecit. ut etiam salubrium non  
corporum, non ciborum dico salubrium, sed uiro-  
rum ista sciētium ab Erasistrato medicis ex aduer-  
so distinctorum. pariter et trierarchas ueteres Gre-  
ci triremium principes nuncupabant: nunc uero  
omnes utcunq; naualis exercitus duces, et si trire-  
mes nō sint, eo nomine appellāt. huiusce rei quod-  
dam simile circa medicinam atq; medicos euenit:  
à prima enim constituta parte ut & ipsa tota cor-  
poris gubernatrix ars medicina, ipse artis profes-  
sor, medicus nominaretur, tēpore procedente effe-  
ctum est, quā ob rem neq; ab re nunc quispiā in-  
terrogatus cuiusnam artis pars sit illa facultas, quę  
tuendae sanitatis notitiam tradit, medicinā respō-  
dere poterit: latius nanq; fuso & amplificato uoca-  
bulo neq; adhuc partem, sed integrā humani cor-  
poris artem significante, Hippocrates, & omnes,  
qui hac tempestate florent, iure medici nomē in-  
uenerunt, artisq; ipsius duas maximas partes co-  
gnouerunt, curatricem scilicet atq; salubrem: iteq;  
salubris ipsius partem esse gymnasticam sciunt,  
quemadmodum à nobis supra disertum est. Itaq;  
sicut Hippocrates, Diocles, Praxagoras, Philoti-  
mus, atq; Herophilus totam corporis praesidem  
artem, ut ipsorum testantur uolumina, callebant:  
ita sanē Theon, atq; Trypho uitiosam illam athle-  
tarum artem tractantes, quemadmodum item &  
ipsorum libri declarant, praeparationem quoddā  
exercitium nominant: rursum aliud partitionem,  
aliud uero perfectum, item aliud apothepiam:  
quaeruntq; num secundum talem circuitum exer-  
cere athletam oporteat: an nō oporteat, ambigūt.  
Quomodo ergo salubrem facultatem huius isto-  
rum artis partem esse intelligam: quando em̄ hac  
neq; uerā gymnasticā pars, sed contra salubris fa-  
cultatis illa pars sit, quid opus est de flagitiosa isto-  
rum arte dubitare: quę cum neq; artis corpus cur-  
rantis ullo modo pars esse possit, cuidam praeterea  
exercitationi praesidet, quā non solum à Plarone  
atq; Hippocrate, uerum etiam ab alijs omnibus  
medicis atq; philosophis contemnitur.



BASILEAE PER HIER. FROBENIVM  
ET NIC. EPISCOPIVM.  
ANNO M. D. XLII.

